

الأمانة: تخفيض 20% على بدل التعويض لنهاية نيسان المقبل

عمان
قررت اللجنة اللوائية للتنظيم والأبنية في أمانة عمان الكبرى برئاسة أمين عمان الكبرى الدكتور يوسف الشواربة، تخفيض بدل التعويض المفروض بموجب التعديلات التنظيمية المصدقة والمشروطة بنسبة 20 بالمئة من قيمة بدل التعويض المفروض استناداً للمادة "٤٧" من قانون التنظيم.
ويحسب بيان الأمانة الخميس، اشترط القرار أن يكون الدفع حتى 30 نيسان المقبل، مبيناً أنه بعد تلك الفترة يعود بدل التعويض كما كان سابقاً.

الأمانة

الجمعة 17 رجب 1446 هـ الموافق 17 كانون الثاني 2025 م
السنة العاشرة / العدد (3207) / 250 فلساً / www.omamjo.com

استكمال إرسال أكبر قافلة مساعدات إلى غزة

عمان
استكملت الهيئة الخيرية الأردنية الهاشمية الخميس، إرسال أكبر قافلة مساعدات إلى الأمان في قطاع غزة لتلبية احتياجاته الإنسانية العاجلة. وقال أمين عام الهيئة الدكتور حسين الشبلي، إن الجهود الإنسانية متواصلة لدعم أهلنا في غزة، حيث تم اليوم استكمال الجزء الثاني من إرسال أكبر قافلة مساعدات إنسانية، تأكيداً على التضامن مع الشعب الفلسطيني والأهل في غزة لتلبية احتياجاته الإنسانية العاجلة. ويشارك في هذا الجهد العديد من الجهات والمؤسسات الوطنية، بهدف تقديم الدعم اللازم للأسر المتضررة في قطاع غزة.

تلقي اتصالاً هاتفياً من نائبة الرئيس الأمريكي ويبحث هاتفياً مع رئيس الوزراء الهولندي المستجدات في غزة

الملك: إيجاد أفق سياسي لتحقيق

السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين



عمان
تلقي جلالة الملك عبدالله الثاني، الخميس، اتصالاً هاتفياً من نائبة الرئيس الأمريكي كامالا هاريس، تناول الأوضاع الراهنة، والشراكة الاستراتيجية بين البلدين. وثنى جلالة الملك، في الاتصال، جهود الولايات المتحدة في التوصل لاتفاق وقف إطلاق النار في غزة، مشيراً إلى ضرورة تعزيز الاستجابة الإنسانية الدولية في القطاع، والتوصل إلى تهدئة شاملة بالمنطقة.
وجدد جلالة الملك تأكيداً على أهمية تكثيف العمل على إيجاد أفق سياسي لتحقيق السلام العادل والشامل على أساس حل الدولتين.
تلقي جلالة الملك عبدالله الثاني، اليوم الخميس، اتصالاً هاتفياً من رئيس الوزراء الهولندي ديك شوف، تم خلاله بحث المستجدات في المنطقة وخاصة اتفاق وقف إطلاق النار في غزة.
وتم التأكيد على ضرورة التزام جميع الأطراف بوقف إطلاق النار، إذ أشار جلالة الملك إلى الاتفاق كفرصة مهمة لضمان زيادة حجم المساعدات للقطاع بشكل عاجل ودون انقطاع، من خلال كل السبل المتاحة.
ولفت جلالة الملك، خلال الاتصال، إلى أن الأردن مستمر في تقديم المساعدات لقطاع غزة وتكثيف الاستجابة الإنسانية والإغاثية.
وأكد جلالة الملك تأييد الأردن لعملية انتقالية سلمية سياسية في سوريا، تحفظ أمنها ووحدتها وأراضيها وتحمي مواطنيها ومؤسساتها الوطنية.
ويبحث الاتصال سبل توطيد علاقات الصداقة بين الأردن وهولندا، وتوسيع التعاون في مختلف المجالات.

القوات المسلحة الأردنية.. جهود استثنائية لتخفيف معاناة الأشقاء في غزة

عمان
سعت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي ومنذ بدء الحرب على قطاع غزة وبتوجهات ملكية سامية، إلى تسخير جميع إمكانياتها وقدراتها لدعم صمود الأشقاء في غزة والضفة الغربية، وترجمة تلك الجهود على شكل مساعدات إنسانية وإغاثية وعلاجية شملت مختلف القطاعات واستهدفت العديد من المواطنين الفلسطينيين.
وكان لهذه المساعدات أبرز الأثر في التخفيف من آثار المعاناة الإنسانية الناجمة عن تلك الظروف الصعبة التي خلفتها الحرب على القطاع، استمراراً لموقف الأردن الثابت والداعم للقضية الفلسطينية وشعبها.
ومع بداية الحرب على قطاع غزة أرسلت القوات المسلحة الأردنية مستشفى ميدانياً عسكرياً إلى جنوب القطاع في خان يونس ليكون بذلك أول مستشفى ميداني يرسل إلى القطاع أثناء الحرب بهدف دعم القطاع الصحي هناك.
كما عززت القوات المسلحة المستشفى الميداني العسكري في شمال القطاع بكوادر طبية متخصصة، إضافة إلى إرسال مستشفى ميداني عسكري ثالث إلى مدينة نابلس لتقديم الخدمات الطبية اللازمة للأشقاء الفلسطينيين.
ويبلغ مجموع الحالات المرضية التي استقبلتها مختلف المستشفيات الميدانية منذ بدء الحرب على القطاع والضفة الغربية في السابع من تشرين الأول 2023 حوالي 521066 حالة، وهو ما يشير إلى حجم التحديات الإنسانية التي واجهها الشعب الفلسطيني.
وتمكن الطواقم الطبية في المستشفيات الميدانية الأردنية في قطاع غزة ومدينة نابلس خلال هذه الفترة من إجراء ما يزيد على 21147 عملية جراحية كبرى وصغرى، شملت العشرات من العمليات النوعية المعقدة التي تجرى لأول مرة علاوة على التعامل مع 50722 من مصابي الحرب، الأمر الذي يعكس حرص الأردن على إرسال الخبرات والمؤهلات الطبية لتقديم مستوى متقدم من الرعاية الصحية للمصابين. تابع ص 2

«مالية الأعيان» تقرر الموازنة العامة للسنة المالية 2025

عمان
أقرت اللجنة المالية والاقتصادية في مجلس الأعيان في اجتماع عقده الخميس، برئاسة الدكتور رجائي المعشر، مشروع قانون الموازنة العامة للسنة المالية 2025، كما ورد من مجلس النواب.
وقال المعشر، خلال الاجتماع المسائي، إن اللجنة أقرت مشروع القانون بعد عدة اجتماعات ونقاشات موسعة وشاملة للمشاريع والنقائات المرصودة في الموازنة، ومدى توافقها مع استراتيجية كل وزارة، كما تم الاطلاع على موافقة تلك المشاريع والنقائات مع مشروع قانون الموازنة الذي تمت مناقشته في الاجتماع الصباحي بحضور الفريق الوزاري الاقتصادي، وتوافقها مع رؤية التحديث الاقتصادي ورؤية التحديث السياسي، وتحديث القطاع العام وكتاب التكليف السامي. وكانت اللجنة اطلعت في وقت سابق اليوم في اجتماع برئاسة المعشر، على استراتيجية وزارة الأشغال العامة والإسكان وموازنتها.
وقال المعشر إن اجتماع اللجنة جاء للاطلاع على استراتيجية موازنة وزارة الأشغال ومشاريعها ومدى توافقها مع رؤية التحديث الاقتصادي وكتاب التكليف السامي. بدوره، قال وزير الأشغال المهندس ماهر أبو السم، إن الوزارة تهدف إلى إنشاء منظومة طرق مصرفية آمنة ذات مردود اقتصادي تخدم أنماط النقل وتساهم في تعزيز القدرة التنافسية للمملكة وترسيخ مكانتها الجيوسياسية كمركز إقليمى ونقطة ربط حيوي بين الدول، مؤكداً أن استراتيجية الوزارة وضعت بشكل يتواءم مع رؤية التحديث الاقتصادي والتحديث السياسي وتحديث القطاع العام. وبين أن الاستراتيجية تهدف إلى تعزيز الشفافية وحوكمة الإجراءات ومتابعة المشاريع والعطاءات وضبط الأوامر التغييرية، واستكشاف فرص استثمارية مع القطاع الخاص، إضافة إلى دفع عملية الابتكار. وأضاف، إن الوزارة تعمل على تطوير منظومة العمل الإداري وتنمية قدرات الموظفين، مشيراً إلى إدخال التكنولوجيا في عمل الوزارة لتحسين الجودة، حيث تم إنشاء مختبرات مركزية لضبط الجودة. ونوه إلى وجود عدد من المشاريع في الوزارة، من ضمنها إنشاء منشآت ومبان حكومية ريادية ومستدامة، ومشروع تأهيل المعابر الحدودية بما يتوافق مع المعايير الدولية، لخدمة مصالح القطاعات الاقتصادية، مع الأخذ بعين الاعتبار استخدام المواد والأنظمة التي تحافظ على البيئة في مشاريع الوزارة.

الصفدي: في فلسطين شعب صاحب حق وقضية ولا بد من حل شامل

عمان
أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي أن الأردن بقيادة جلالة الملك عبد الله الثاني يقي العون والسند للشعب الفلسطيني الشقيق، وقادت المملكة بجهود جلالة الملكة سريفة الحق بوجه رواية الباطل التي اتخذها الاحتلال نهباً منذ اليوم الأول لعدوانه الغاشم على قطاع غزة.
وقال الصفدي إن وقف إطلاق النار لا يعني انتهاء المأساة التي تسبب بها الاحتلال، بل إن المجتمع الدولي يقف أمام مسؤولية إعادة الإعمار، ووقف كل الممارسات الاستيطانية التي تهدف إلى ابتلاع الأرض الفلسطينية،
تابع ص 3

رئيس مجلس الأعيان يلتقي فعاليات ومؤسسات مجتمع مدني بجامعة الطفيلة التقنية



الطفيلة
قال رئيس مجلس الأعيان فيصل الفايز، إن جلالة الملك عبدالله الثاني يدرك التحديات التي تواجه الأردن، ويعمل على معالجتها بحكمته وحكمتها السياسية، لذلك فإن عهد جلالة الملك، بدأ بمرحلة جديدة من البناء والإنجاز، تمثلت بإجراء إصلاحات سياسية واقتصادية وإدارية شاملة. جاء ذلك خلال لقائه الأربعاء في جامعة الطفيلة التقنية عدداً من ممثلي مختلف الفعاليات الاجتماعية والوطنية ومؤسسات المجتمع المدني، بحضور مساعدي رئيس مجلس الأعيان، ورؤساء اللجان في المجلس، وذلك في إطار حرص مجلس الأعيان على التواصل مع أبناء الوطن في مختلف المحافظات، للحوار حول مختلف التحديات الداخلية والخارجية التي تواجه الأردن، وأهمية تمكين وتعزيز الجبهة الوطنية لمواجهة التحديات السياسية والاقتصادية والأمنية.
وأكد الفايز، أن جلالة الملك لم تغب عنه يوماً، التحديات الاقتصادية التي تواجه الوطن، والأوضاع المعيشية الصعبة للمواطنين، لهذا طرح جلالة الملك رؤيته الشاملة للتحديث الاقتصادي، لإجراء إصلاحات جوهرية على هذا القطاع وتعكس على حياة المواطنين المعيشية، وتكون لدينا القدرة على مواجهة التحديات الاقتصادية، والحد من مشكلتي الفقر والبطالة، وإيجاد بيئة استثمارية جاذبة، والتخلص من البيروقراطية.
ودعا الفايز الجميع للوقوف إلى جانب الوطن ومصلحته وقيادته الهاشمية الحكيمة، والتصدي لأي محاولات تستهدف أمنه واستقراره، مبيناً أنه في هذه الظروف والأردن يخوض معركة الدفاع عن الثوابت الأردنية والفلسطينية، فالملطلب من الجميع أن يكونوا صفاً واحداً خلف جلالة الملك، وأن يكون إيماناً راسخ ومطلق أن أمن الأردن واستقراره ومسؤولية الجميع، وأولوية الأولويات، فالصلحة تلطف فوق مصلحة الأردن.
وأكد ضرورة المحافظة على وحدة نسجنا الاجتماعي وتماسكه، ليواصل مسيرة الوطن في مؤهته الثانية، وهو أكثر منعة وقوة، فالأردن المستقر الموحد القوي سياسياً، والمزدهر اقتصادياً، وصاحب الدور الفاعل إقليمياً ودولياً، هو هدف جلالة الملك على الدوام.
وهي ثوابت الأردن التي لن يقبل التنازل عنها، مهما كانت الضغوطات وارتفعت الأثمان. تابع ص 6

وزير الخارجية ينقل رسالة من جلالة الملك للرئيس اللبناني



بيروت
استقبل فخامة الرئيس العماد جوزاف عون رئيس الجمهورية اللبنانية الشقيقة، نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين أمين الصفدي الذي نقل لفخامته رسالة من جلالة الملك عبدالله الثاني، جدد فيها جلالة الرئيس عون تهنئته بانتخابه رئيساً للجمهورية اللبنانية.
وأكدت ووقوف الأردن مع لبنان الشقيق وأمنه واستقراره وسيادته. وتضمنت الرسالة دعوة رسمية من جلالة الملك عبدالله الثاني، للرئيس عون لزيارة المملكة وسيتم تحديد موعداً بالتنسيق بين البلدين الشقيقين.
وبحث الرئيس عون تحياته لجلالة الملك وثنى مواقف جلالة الملك الثابتة وجهوده المتواصلة لدعم لبنان، وأكد الحرص على تعزيز التعاون في جميع المجالات.
وجرى خلال الاجتماع، بحث سبل تعزيز العلاقات الأخوية والأوضاع الإقليمية.
والتقى الصفدي خلال زيارته إلى لبنان، رئيس مجلس النواب نبيه بري ورئيس حكومة تصريف الأعمال نجيب ميقاتي ورئيس الحكومة المكلف الدكتور نواف سلام ووزير الخارجية اللبناني عبدالله بو حبيب. وجرى خلال اللقاءات بحث العلاقات الثنائية وتطورات الأوضاع في المنطقة.
وفي تصريحات صحافية بعد لقائه الرئيس عون، أكد هذه المرحلة التي تتفاعل جميعاً بأنها ستكون بداية خير للبنان الشقيق ليتجاوز كل التحديات السابقة وليتقدم نحو تحقيق هدفنا المشترك في أن يستعيد لبنان أمنه واستقراره ويبدأ مسيرة إعادة البناء.»
وشدد الصفدي على أن «دعم المملكة للجيش اللبناني، هو عملية مستمرة وجلالة الملك، شخصياً يتابع هذا الموضوع، وقدمنا ما استطعنا من دعم في المرحلة السابقة، ومستمرين في تقديم هذا الدعم، وأيضاً في الحوار مع أشقائنا ومع شركائنا في المجتمع الدولي من أجل التأكيد على أن دعم الجيش اللبناني وتوفير ما يحتاجه من إمكانيات وقدرات، هو أساسي حتى يستطيع أن يقوم بدوره الأساسي في لبنان.» تابع ص 2

طلبة علماء الغد يتألقون في معرض العلماء الشباب والتكنولوجيا في أيرلندا

والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات بين البلدين. وشارك في برنامج علماء الغد، الذي تم تصميمه على غرار العلماء الشباب والتكنولوجيا في أيرلندا، أكثر من 3000 طالب ومعلم في جميع أنحاء الأردن على مدى السنوات الثلاث الماضية، مما عزز الابتكار وتمكين الشباب والشابات من خلال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات. ويعكس هذا الإنجاز الرائع الحضور العالمي المتمامي للأردن في العلوم والتكنولوجيا، مدفوعاً بتفاني طلبته وقوة الشراكات الدولية.

عمان
فاز طلبة علماء الغد من مدرسة جامعة اليرموك النموذجية في اربد بالجائزة الدولية الأولى في معرض العلماء الشباب والتكنولوجيا في أيرلندا، وحظي الطلبة وصفى الرشدان وأحمد شطناوي ومحمد الشمران، تحت إشراف معلمهم علي الدبابي، بفوز عالمي بمشروعهم المبتكر كاشف أورام الدماغ، والذي يقدم تقدماً رائداً في التشخيص الطبي. وشهد هذا العام أول إدراج للمسابقة الدولية "العلماء الشباب والتكنولوجيا" في أيرلندا، حيث



القوات المسلحة الأردنية.. جهود استثنائية لتخفيف معاناة الأشقاء في غزة

عمان
سعت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي ومنذ بدء الحرب على قطاع غزة وبتوجيهات ملكية سامية، إلى تسخير جميع إمكانياتها وقدراتها لدعم صمود الأشقاء في غزة والضفة الغربية، وترجمة تلك الجهود على شكل مساعدات إنسانية وإغاثية وعلاجية شملت مختلف القطاعات واستهدفت العديد من المواطنين الفلسطينيين.

وكان لهذه المساعدات أبرز الأثر في التخفيف من آثار المعاناة الإنسانية الناجمة عن تلك الظروف الصعبة التي خلفتها الحرب على القطاع، استمراراً لموقف الأردن الثابت والداعم للقضية الفلسطينية وشعبها.

ومع بداية الحرب على قطاع غزة أرسلت القوات المسلحة الأردنية مستشفى ميدانياً عسكرياً إلى جنوب القطاع في خانيونس ليكون بذلك أول مستشفى ميداني يرسل إلى القطاع أثناء الحرب بهدف دعم القطاع الصحي هناك.

كما عززت القوات المسلحة المستشفى الميداني العسكري في شمال القطاع بكوادر طبية متخصصة، إضافة إلى إرسال مستشفى ميداني عسكري ثالث إلى مدينة نابلس لتقديم الخدمات الطبية اللازمة للأشقاء الفلسطينيين.

وبلغ مجموع الحالات المرضية التي استقبلتها مختلف المستشفيات الميدانية منذ بدء الحرب على القطاع والضفة الغربية في السابع من تشرين الأول ٢٠٢٣ حوالي ٥٢١٠٦٦ حالة، وهو ما يشير إلى حجم التحديات الإنسانية التي واجهها الشعب الفلسطيني.

وتمكن الطواقم الطبية في المستشفيات الميدانية الأردنية في قطاع غزة ومدينة نابلس خلال هذه الفترة من إجراء ما يزيد على ٢١١٤٧ عملية جراحية كبرى وصغرى، شملت العشرات من العمليات التوعوية المعقدة التي تجرى لأول مرة علاوة على التعامل مع ٥٥٧٢٢ من مصابي الحرب، الأمر الذي يعكس حرص الأردن على إرسال الخبرات والمؤهلات الطبية لتقديم مستوى متقدم من الرعاية الصحية للمصابين.

ولضمان تأمين المستشفى الميداني الأردني شمال قطاع غزة بالمواد الطبية العاجلة، وجه جلالة القائد الأعلى للقوات المسلحة جلالة الملك عبدالله الثاني، القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي، بتنفيذ عمليات إنزال جوي بواسطة طائرات سلاح الجو الملكي، تحمل كميات كبيرة من الإمدادات الطبية والإغاثية والإنسانية التي تعد ثالث أكبر عملية إسناد لوجستي في التاريخ العسكري الحديث.

وفي إطار الدعم المستمر للأشقاء الفلسطينيين في ظل الأوضاع الإنسانية الصعبة التي يرون بها، تم توسيع نطاق الإنزالات الجوية لتشمل مختلف المناطق في شمال وجنوب قطاع غزة التي توجت بمشاركة جلالة الملك على إحدى طائرات الإنزال الجوي، كما رافق سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني وفي العهد، طائرات سلاح الجو الملكي إلى مطار العريش، إضافة إلى مشاركة سمو الأميرة سلمى بنت عبدالله الثاني في عمليات الإنزال الجوي، ما يعكس التزام الهاشميين بالقضية الفلسطينية ووضعها على سلم أولوياتهم واهتماماتهم من خلال مشاركتهم الشخصية في الجهود المبذولة في إيصال المساعدات والإمدادات إلى المناطق المتضررة والوقوف إلى جانب الشعب الفلسطيني الشقيق في هذه الظروف الصعبة.

وبلغ عدد الإنزالات الجوية التي نفذتها الطائرات الأردنية على قطاع غزة ١٢٥ إنزالاً جويًا أردنياً، و٢٦٦ إنزالاً بالتعاون مع الدول الشقيقة والصديقة لتلبية الاحتياجات الإنسانية وتوفير الدعم الطبي والإغاثي، كما وجه جلالة الملك القوات المسلحة الأردنية بإرسال سرب من الطائرات العسكرية المحملة بالمواد الإغاثية والطبية والدوائية الضرورية للأهالي بقطاع غزة التي تعد العملية الأولى من نوعها والتي سبّرت ضمن رحلات "الجسر الإنساني" إلى القطاع، حيث أقلعت من الأردن ٨ طائرات عسكرية باتجاه قطاع غزة حملت أكثر من ٧ أطنان من المساعدات الإنسانية وتضمنت أغذية وأدوية ومواد صحية وأغذية ومواد خاصة بالأطفال تم تسليمها إلى برنامج الأغذية العالمي للأمم المتحدة (WFP) بغزة، ليصار إلى توزيعها على الأشقاء داخل القطاع.

وسيرت الملكة الأردنية الهاشمية جسراً جويًا يبدأ من مطار ماركا العسكري إلى مطار العريش في جمهورية مصر العربية لتقديم المساعدات الإنسانية والطبية لقطاع غزة، ولضمان نقل كميات كبيرة من الإمدادات الطبية والمواد الغذائية والاحتياجات الأساسية الأخرى بالتعاون مع منظمات إنسانية ودولية بهدف تلبية الاحتياجات الملحة في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها الأهل في القطاع، حيث بلغ عدد الطائرات المرسله إلى مطار العريش ٥٣ طائرة حملت على متنها ٨٨٢٥٧٩١ طنًا من المساعدات.

كما سيرت القوات المسلحة الأردنية بالتعاون مع الهيئة الخيرية الأردنية الهاشمية وعدد من المنظمات الدولية عبر المعابر قوافل برية بلغ عددها ١٤٠ قافلة شملت نحو ٥٠٣ شاحنة لنقل المساعدات الإنسانية والإغاثية، نقلت كميات كبيرة من المواد الغذائية، والمستلزمات الطبية والاحتياجات الأساسية، ما أسهم في تحسين الأوضاع الإنسانية في القطاع. وأطلقت القوات المسلحة الأردنية بتوجيهات ملكية سامية، في ١٦ أيلول ٢٠٢٤ مبادرة "استعادة الأمل" لتزويد الأطراف الاصطناعية، وتم إرسال عيادتين متنقلتين مزودتين بجميع المعدات والتجهيزات اللازمة إلى قطاع غزة، يرافقهما فريق طبي متخصص من المركز الوطني لتأهيل إصابات البتر وبدات العمل واستقبال الحالات لتزويد الأطراف للمصابين، حيث بلغ عدد الأطراف الاصطناعية التي تم تركيبها نحو ٢٦٧ طرفاً علويًا وسفليًا.

واستكمالاً للبادرات الملكية، بدأت القوات المسلحة الأردنية بتجهيز البنية التحتية لمستشفى ميداني عسكري متخصص للنسائية والتوليد الذي سيتم إرساله إلى غزة ليكون الأول من نوعه في العالم بهدف دعم المستشفى الميداني الأردني جنوب قطاع غزة وسيعمل على إدارته ٨٢ من الكوادر الطبية والتمريضية والفنية والإدارية من ضمنهم ٥٥ من الكوادر النسائية من مرتبات الخدمات الطبية الملكية ويشمل غرفتين للولادة وغرفة عمليات و٣٠ سريرًا للمرضى، بالإضافة إلى صيدلية ومختبر وبنك دم بهدف تعزيز خدمات الرعاية الصحية المقدمة للأمهات والمواليد في ظل الأوضاع الصعبة في القطاع. كما عززت القوات المسلحة الأردنية المستشفى الميداني الأردني جنوب غزة، بـ ٢٠٠٠ وحدة دم من مختلف الأزم الطبية بالتشارك مع وزارة الصحة الأردنية، في إطار الدور الكبير والجهد المتواصل في مساندة الأهل والأشقاء في قطاع غزة للمساهمة في تغطية الاحتياجات المتزايدة على وحدات الدم نتيجة ارتفاع عدد العمليات الجراحية لجرحي ومصابي الحرب المستمرة على غزة.

"المدن والقرى" ينظم ورشة حول الإيرادات البلدية

عمان
عُقدت، الخميس، في بنك تنمية المدن والقرى، ورشة عمل بعنوان "التنموية العام من أجل حقوق الإنسان ودور الإيرادات البلدية في الأردن"، بتنظيم مشترك بين البنك وبرنامج موئل الأمم المتحدة، وبالتعاون مع مكتب المنسق للأمم المتحدة في الأردن.

وأكد مدير عام البنك، أسامة العزام، التزام البنك وشركائه بتقديم حلول مالية وإدارية تدعم البلديات في مواجهة التحديات البيئية والاقتصادية، ما يسهم في تحسين نوعية الحياة وتعزيز الاستدامة في المجتمعات المحلية، مشيرًا إلى أهمية العمل على تحسين الإيرادات المحلية بما يتماشى مع أهداف التنمية المستدامة لعام ٢٠٣٠ ورؤية التحديث الاقتصادي.

من جهتها، أشارت مديرة برنامج "موئل" في الأردن، دينا أبو ذياب، إلى أهمية تعزيز قدرات البلديات في تحسين التحصيل المالي وتمكينها من إدارة مواردها المالية بشكل مستدام، بما يضمن تعزيز دورها التنموي وتلبية احتياجات المجتمعات المحلية بكفاءة وفعالية، ودعم تحقيق التنمية الشاملة والمستدامة. وناقشت الورشة، التي شارك فيها عدد من صانعي القرار والخبراء، سبل تعزيز الإيرادات المحلية في البلديات ودورها الحيوي في تحقيق التنمية المستدامة وضمان حقوق الإنسان.

وزير الخارجية ينقل رسالة من جلالة الملك للرئيس اللبناني



بيروت
استقبل فخامة الرئيس العماد جوزاف عون رئيس الجمهورية اللبنانية الشقيقة، نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أمين الصفيدي الذي نقل لفخامته رسالة من جلالة الملك عبدالله الثاني، جدد فيها جلالاته للرئيس عون وتهنئته بانتخابه رئيساً للجمهورية اللبنانية. وأكد وقوف الأردن مع لبنان الشقيق وأمنه واستقراره وسيادته.

وتضمنت الرسالة دعوة رسمية من جلالة الملك عبدالله الثاني، للرئيس عون لزيارة المملكة وسيتم تحديد موعداً بالتنسيق بين البلدين الشقيقين. وبعث الرئيس عون تحياته لجلالة الملك وتمنّى مواقف جلالة الملك الثابتة وجهوده المتواصلة لدعم لبنان، وأكد الحرص على تعزيز التعاون في جميع المجالات.

وجرى خلال الاجتماع، بحث سبل تعزيز العلاقات الأخوية والأوضاع الإقليمية.

والتقى الصفيدي خلال زيارته إلى لبنان، رئيس مجلس النواب نبيه بري ورئيس حكومة تصريف الأعمال نجيب ميقاتي ورئيس الحكومة المكلف الدكتور نواف سلام ووزير الخارجية اللبناني عبدالله بو حبيب.

وجرى خلال اللقاءات بحث العلاقات الثنائية وتطوير الأوضاع في المنطقة.

وفي تصريحات صحافية بعد لقائه الرئيس عون، أكد الصفيدي، "وقوف الأردن المطلق إلى جانب لبنان في هذه المرحلة التي نتعامل جميعاً بأنها ستكون بداية خير للبنان الشقيق لتجاوز كل التحديات السابقة ولتقدم نحو تحقيق هدفنا المشترك في أن يستعيد لبنان أمنه واستقراره ويبدأ مسيرة إعادة البناء."

وشدد الصفيدي على أن "دعم المملكة للجيش اللبناني، هو عملية مستمرة وجلالة الملك، شخصياً يتابع هذا الموضوع، وقدما ما استطعنا من دعم في المرحلة السابقة، ومستمر في تقديم هذا الدعم، وأيضاً في الحوار مع أشقائنا ومع شركائنا في المجتمع الدولي من أجل التأكيد على أن دعم

اجتماعه مع بري دور رئيس مجلس النواب في

تجاوز تحديات المرحلة السابقة والإسهام في إخراج لبنان من الأزمة التي كان مر بها.

وقال الصفيدي: "أكدت الموقف الأردني الدائم في أننا دائماً في المملكة الأردنية الهاشمية نقف إلى جانب لبنان الشقيق مع أمنه، مع استقراره، مع سيادته، وإن شاء الله هذه مرحلة بداية جديدة ستكون بداية خير على لبنان، لتتجاوز تحديات الماضي وليسير إلى أمام نحو مستقبل أفضل."

وشكر الصفيدي ميقاتي في تصريحات صحافية، تبعث للقاء، على جهوده الطيبة لتطوير العلاقات الأردنية اللبنانية.

وقال، إنه كان هنالك جهد كبير على مدى السنوات الماضية لتعزيز العلاقات الثنائية الأردنية اللبنانية، و"الحرص الذي لمسانة دائماً من دولته على تعزيز هذه العلاقات والحرص الذي لمسانة أيضاً على خدمة لبنان الشقيق ومستقبله وأمنه واستقراره، وبالتالي نتمن الجهود الكبيرة التي قام بها دولته."

وهذا الصفيدي سلام بتوليته تشكيل الحكومة الجديدة وتمنى له التوفيق في تشكيل الحكومة اللبنانية الجديدة، مؤكداً أن "جلالة الملك حرص على تعزيز هذه العلاقات والحرص الذي لمسانة أيضاً على خدمة لبنان الشقيق ومستقبله وأمنه واستقراره، وبالتالي نتمن الجهود الكبيرة التي قام بها دولته."

وأكد الصفيدي بعد لقائه بو حبيب أن "العلاقات الأردنية اللبنانية علاقات أخوية تاريخية إستراتيجية متجددة وزيارتي اليوم بتكليف من جلالة الملك عبد الله الثاني، هي انعكاس للموقف الأردني الثابت في دعم لبنان وأمن لبنان واستقرار لبنان."

وتنقل الصفيدي رسالة فخامة الرئيس العماد جوزاف عون رئيس الجمهورية اللبنانية الشقيقة، نائب رئيس الوزراء ووزير الخارجية وشؤون المغتربين أمين الصفيدي الذي نقل لفخامته رسالة من جلالة الملك عبدالله الثاني، جدد فيها جلالاته للرئيس عون وتهنئته بانتخابه رئيساً للجمهورية اللبنانية. وأكد وقوف الأردن مع لبنان الشقيق وأمنه واستقراره وسيادته.

وتضمنت الرسالة دعوة رسمية من جلالة الملك عبدالله الثاني، للرئيس عون لزيارة المملكة وسيتم تحديد موعداً بالتنسيق بين البلدين الشقيقين. وبعث الرئيس عون تحياته لجلالة الملك وتمنّى مواقف جلالة الملك الثابتة وجهوده المتواصلة لدعم لبنان، وأكد الحرص على تعزيز التعاون في جميع المجالات.

وجرى خلال الاجتماع، بحث سبل تعزيز العلاقات الأخوية والأوضاع الإقليمية.

والتقى الصفيدي خلال زيارته إلى لبنان، رئيس مجلس النواب نبيه بري ورئيس حكومة تصريف الأعمال نجيب ميقاتي ورئيس الحكومة المكلف الدكتور نواف سلام ووزير الخارجية اللبناني عبدالله بو حبيب.

وجرى خلال اللقاءات بحث العلاقات الثنائية وتطوير الأوضاع في المنطقة.

وفي تصريحات صحافية بعد لقائه الرئيس عون، أكد الصفيدي، "وقوف الأردن المطلق إلى جانب لبنان في هذه المرحلة التي نتعامل جميعاً بأنها ستكون بداية خير للبنان الشقيق لتجاوز كل التحديات السابقة ولتقدم نحو تحقيق هدفنا المشترك في أن يستعيد لبنان أمنه واستقراره ويبدأ مسيرة إعادة البناء."

وشدد الصفيدي على أن "دعم المملكة للجيش اللبناني، هو عملية مستمرة وجلالة الملك، شخصياً يتابع هذا الموضوع، وقدما ما استطعنا من دعم في المرحلة السابقة، ومستمر في تقديم هذا الدعم، وأيضاً في الحوار مع أشقائنا ومع شركائنا في المجتمع الدولي من أجل التأكيد على أن دعم

الصفدي: في فلسطين شعب صاحب حق وقضية ولا بد من حل شامل

عمان
أكد رئيس مجلس النواب أحمد الصفدي أن الأردن بقيادة جلالة الملك عبد الله الثاني بقي العون والسند للشعب الفلسطيني الشقيق، وقادت المملكة بجهود جلالاته سرديّة الحق بوجه رواية الباطل التي اتخذها الاحتلال نهباً منذ اليوم الأول لعدوانه الغاشم على قطاع غزة.

وقال الصفدي إن وقف إطلاق النار لا يعني انتهاء المسألة التي تسبب بها الاحتلال، بل إن المجتمع الدولي يقف أمام مسؤولية إعادة الإعمار، ووقف كل الممارسات الاستيطانية التي تهدف إلى ابتلاع الأرض الفلسطينية، مجدداً الدعوة للمجتمع الدولي ليواصل تحمل مسؤولياته تجاه الشعب الفلسطيني لتليل حقوقه، وأضاف الصفدي إن مجلس النواب وأبناء شعبنا العظيم يقفون خلف جلالة الملك ومواقفه التي عبر عنها بوضوح منذ اليوم الأول للعدوان الغاشم على قطاع غزة، حيث حذر من أن استمرار التكرار لحقوق الشعب الفلسطيني، وبقاء القضية الفلسطينية دون حل عادل وشامل سيبقي المنطقة على صفيح من التوتر والقلق، مؤكداً أن على كل القوى الدولية الفاعلة التنبيه للمخاطر التي حذر منها جلالاته، ففي أرض فلسطين شعب صاحب حق وقضية ولا بد من حل تضمن معه الأجيال العيش بأمن واستقرار.

وثن الصفدي جهود الحكومة عبر وزارة الخارجية حيث قدمت أداء دبلوماسياً يعبر عن ضمير ووجدان الأردنيين، ملتماً ضمن الجهود المبذولة من جميع الأطراف لتحقيق اتفاق وقف إطلاق النار، مؤكداً أنها خطوة مهمة نحو إنهاء حرب الإبادة التي عانى منها الأشقاء في قطاع غزة، مشدداً على أن الأردن سيبقى يقدم واجب الضمير من مساعدات للأشقاء وسيبقى مدافعاً عن حقوقهم حتى ينالوا حقوقهم كاملة على ترابهم الوطني وعلى رأس ذلك حق إقامة الدولة المستقلة، وقال إن أبناء شعبنا الأردني يقفون بثبات وفي جبهة متماسكة مع اشقائهم الفلسطينيين، ويرون بكل المواقف التي تجلت بوضوح منذ اليوم الأول للعدوان الغاشم بقيادة جلالة الملك أنها واجب الضمير تجاه أخوة نلتقي معهم في الدم والقضية والمصير، فكان جلالة الملك يكسر الحصار بنفسه مشاركاً في عمليات إنزال جوية إغاثية، وعلى نهج كانت جلالة الملكة رانيا العبدالله تضع المجتمع الدولي أمام اختبار الإنسانية، ملتماً شارك وفي العهد سمو الأمير الحسين بن عبدالله وسمو الأميرة سلمى بنت عبدالله الثاني بعمليات إنزال إغاثية، لتسبب تلك الجهود على الخطوات العظيمة التي بذلها نشامى سلاح الجو والأبطال في كل كوارر مستشفياتنا الميدانية في قطاع غزة، وعلى الجهود الجبارة للهيئة الخيرية الهاشمية وعلى كل يد أردنية طاهرة شاركت في عون الأشقاء والتبرع لهم، وختم الصفدي بالقول: نتوجه بتحية الفخر والإجلال لأهلنا الصامدين المرابطين في غزة، والرحمة لأرواح الشهداء الأبطال ونسال المولى الشفاء العاجل للمصابين الذين ما زالوا بحاجة للدعم المتواصل على المستويات كافة حتى تزال آثار العدوان على الأرض والإنسان.

السيبر الأذربيجاني: علاقاتنا مع الأردن راسخة ومتينة مبنية على الاحترام المتبادل

عمان
قال السفير الأذربيجاني في عمان البدار سليموف، إن أذربيجان والأردن يرتبطان بعلاقات راسخة وقاعدة متينة متميزة مبنية على الاحترام المتبادل بين البلدين، وحيامية المصالح المشتركة والتنسيق الدائم في المحافل الدولية والإقليمية على مختلف الأصعدة.

وأضاف، في بيان صحافي الخميس، بمناسبة إحياء الذكرى ٣٥ للعشرين من كانون الثاني ١٩٩٠، أن البلدين يسعيان بجهود مشتركة لتطوير العلاقات الثنائية في مختلف المجالات، مشيداً بالموقف الأردني الثابت والداعم لجمهورية أذربيجان وفقاً لقرارات مجلس الأمن ومنظمة التعاون الإسلامي، والاداعي لإيجاد حل سلمي يحترم وحدة وسيادة الأراضي الأذربيجانية المعترف بها دولياً.

وأشار إلى أنه تم أخيراً تأسيس الجمعية الأردنية الأذربيجانية الثقافية، وتم تسجيلها رسمياً من قبل وزارة التنمية الاجتماعية تحت مظلة وزارة الثقافة الأردنية ومقرها الرئيسي في عمان، وتهدف لتطوير وتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين وعلى مختلف الأصعدة. كما تم إنشاء وتطوير مختبر الحاسوب في الجامعة الأردنية، من أجل تمكين قدرات الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بالوصول إلى الأدوات والموارد التعليمية الحديثة، لتمكين قدراتهم وتأهيلهم للانماج في المجتمع، بدعم سخى من قبل الوكالة الأذربيجانية للتنمية الدولية (AIDA)، حيث باشرت السفارة الأذرية في عمان بوجود كبيرة في عملية التحديث والتجهيز للمختبر وتزويده بالأجهزة والوسائل التقنية اللازمة.

وأكد أهمية مشاركة سمو الأمير الحسين بن عبدالله الثاني، وفي العهد، مندوباً عن جلالة الملك في مؤتمر الأمم المتحدة للناح COP ٢٩، الذي استضافته جمهورية أذربيجان العام الماضي، حيث ألقى سموه كلمة الأردن، لافتاً إلى إطلاق مبادرة جلالة الملك خلال مؤتمر COP٢٧، "مطربطة المناخ - اللاجئ" العالمية التي حظيت بدعم العديد من الدول، وبين أهمية لقاء سموه في العهد على هامش هذا المؤتمر مع الرئيس الهام علفيف، على صعيد إيجاد جميع السبل التي تدعم تطوير العلاقات بين البلدين وتعزيزها، لا سيما وأن هذا المحفل الدولي المهيمن كان من أكبر الفعاليات الدولية في تاريخ أذربيجان المستقل وعلى الساحة الدولية.

وقال إنه "في كل عام يحيي الشعب الأذربيجاني ذكرى تحرير جمهورية أذربيجان واستقلالها"، مشيراً إلى أن أذربيجان تتميز دائماً بسياسة حب السلام وقد تمكن خلال فترة وجيزة من بناء نظام ديمقراطي قائم على التعددية السياسية، كما تقدمت خطوات واسعة نحو تطبيق مبادئ اقتصاد السوق الحر وإقامة الدولة المدنية الحقوقية، وبين أنه تم خلال العام الماضي تطوير أجهزة الطبع مع أرمينيا التي تقدمت بها أذربيجان، وفقاً لمصالحها الوطنية عبر المفاوضات الثنائية المباشرة، على أمل إنهاء عقود من النزاعات، ولا شك بأن شروع أذربيجان بتوقيع اتفاق سلام مع أرمينيا، يعكس نهجاً سلمياً في بناء علاقاتها الخارجية.

استطلاع: 70% من قادة الرأي يعتقدون

أن الحكومة قادرة على تحمل مسؤوليات المرحلة

وبينت النتائج، أن ٥٧ بالمئة من المواطنين يقفون بقدره الحكومة الحالية، مقارنة بالحكومات السابقة، فيما ظلت الثقة بمؤسسات الدولة مرتفعة.

وحول زيارات رئيس الوزراء الميدانية، فإن ٦٥ بالمئة من المواطنين، سمعوا أو عرفوا عن زيارات رئيس الوزراء إلى مناطقهم، وقيم ٣٤ بالمئة منهم الزيارات بأنها إيجابية من حيث وقت الزيارة ومدتها، كما أشاد ٦٣ بالمئة بالتوجهات التي أعطيت خلال الزيارات.

كما أبدى ٥٢ بالمئة من المواطنين، تقاؤلهم بشأن الاقتصاد الأردني، خلال العامين المقبلين، و١٥ بالمئة تقفهم بقدره الحكومة على تنفيذ رؤية الإصلاح الاقتصادي، فيما أبدى ٥٣ بالمئة من العينة الوطنية تقاؤلهم بقدره الحكومة على إدارة الملفات الإقليمية.

وفيما يتعلق بالقضايا الاقتصادية والمعيشية، فقد رأى ٣٢ بالمئة من المواطنين أن الحكومة يجب أن تركز على توفير فرص العمل وحل مشكلة البطالة، فيما طالب ٢١ بالمئة بقرارات للحد من ارتفاع الأسعار، كما ذهب ٣٠ بالمئة من قادة الرأي إلى ضرورة زيادة الاستثمارات المحلية والأجنبية لتحسين الأوضاع الاقتصادية.

وبحسب نتائج الاستطلاع، فإن ٤١ بالمئة من المواطنين يرون ضرورة تركيز الحكومة على رفع مستوى الخدمات الصحية والتعليمية، و٤٩ بالمئة يرون ضرورة تنفيذ مشاريع كبرى في مجالات المياه والنقل والطاقة، ويعتقد ٤٤ بالمئة من قادة الرأي أن الحكومة يجب أن تلعب دوراً قيادياً في السياسات الإقليمية الجديدة.



كما أبدى ٥٩ بالمئة من قادة الرأي تقاؤلهم بالاقتصاد الأردني في ظل الحكومة الحالية، فيما أبدى ٥٨ بالمئة من الأردنيين تقاؤلهم بالاقتصاد الأردني خلال العامين المقبلين. وأكد ٤٤ بالمئة من أفراد عينة قادة الرأي، أهمية تنفيذ الحكومة للمشاريع الكبرى وخصوصاً في مجالات المياه والنقل والطاقة والقطاعات الاقتصادية الواعدة، فيما رأى ٤٩ بالمئة، أن الحكومة يجب أن تعمل على تسهيل إجراءات الاستثمار المحلي والأجنبي والانفتاح على

قضايا استثمارية جديدة، وحافظت القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي والأجهزة الأمنية، بحسب نتائج الاستطلاع على ثقة المواطنين بمستوى عال، بواقع ٩١ بالمئة للقوات المسلحة، و٨٩ بالمئة للأجهزة الأمنية. كما أظهرت نتائج الاستطلاع، أن ٥١ بالمئة من المواطنين يعتقدون أن الحكومة قادرة على تحمل مسؤوليات المرحلة المقبلة، فيما أبدى ٥٥ بالمئة من قادة الرأي تقاؤلهم بأداء الفريق الوزاري.

عمان
أظهرت نتائج استطلاع للرأي، أجراه مركز الدراسات الاستراتيجية في الجامعة الأردنية بمناسبة مرور ١٠٠ يوم على تشكيل حكومة الدكتور جعفر حسان، أن ٧٠ بالمئة من قادة الرأي يعتقدون أن الحكومة كانت قادرة على تحمل مسؤوليات المرحلة مقارنته بـ ٥٢ بالمئة في استطلاع التشكيل.

كما أظهرت نتائج الاستطلاع التي أعلنتها رئيس المركز الدكتور حسين المومني، الخميس، أن ٧٦ بالمئة من عينة قادة الرأي يرون أن رئيس الوزراء كان قادراً على تحمل مسؤوليات المرحلة خلال الـ ١٠٠ يوم، مقارنته بـ ٥٥ بالمئة في استطلاع التشكيل.

واعتبر ٥٥ بالمئة من قادة الرأي، أن الفريق الوزاري (باستثناء الرئيس) كان قادراً على تحمل مسؤوليات المرحلة، مقارنته بـ ٤٤ بالمئة في استطلاع التشكيل.

وحظيت حكومة الدكتور جعفر حسان بعد مرور ١٠٠ يوم على تشكيلها، وفق نتائج الاستطلاع، بنتائج تقييم أعلى من باقي الحكومات السابقة لدى عينة قادة الرأي.

وبحسب نتائج الاستطلاع أيضاً، فإن أكثر من ٥٥ بالمئة من عينة قادة الرأي متفائلون بقدره الحكومة على تنفيذ خطة إصلاح القطاع العام، و٥٩ بالمئة متفائلون بقدره الحكومة على تنفيذ رؤية الإصلاح الاقتصادي.

و٦٥ بالمئة متفائلون بقدره الحكومة على إدارة الملفات الإقليمية، و٥٨ بالمئة متفائلون بقدره الحكومة على استكمال وتعزيز الإصلاحات السياسية.

فوائد دبس التمر على الريق

مجلة Diabetes Care، فإن الأطعمة الطبيعية الغنية بالألياف تُعد خيارًا مثاليًا لمرضى السكري.

يحوي كذلك دبس التمر على عنصر البوتاسيوم الذي يعد عاملاً طبيعياً لصحة القلب. ويعزى ذلك إلى أن البوتاسيوم يساعد في تنظيم ضغط الدم وتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. توصي جمعية القلب الأمريكية بتناول الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم، مثل دبس التمر، لأنها تساعد في تقليل التوتر على الأوعية الدموية وتحسين وظائف القلب.

تحسين صحة البشرة والشعر
الفيتامينات والمعادن الموجودة في دبس التمر، مثل فيتامين B6 والحديد، تُساعد في تعزيز صحة البشرة والشعر. الحديد يساعد في زيادة تدفق الدم إلى فروة الرأس، مما يحفز نمو الشعر ويمنع تساقطه. أيضاً يحتوي دبس التمر على مضادات الأكسدة التي تحافظ على نضارة البشرة وتقلل من علامات الشيخوخة المبكرة.

مفيد لصحة الحامل
رغم أن هناك أطعمة عديدة لا يُنصح بها للحامل، إلا أن دبس التمر من الأطعمة الرائعة للمرأة الحامل، لأنه يساعد في رفع مستويات الحديد في الجسم والوقاية من فقر الدم. الحديد ضروري لإنتاج الهيموجلوبين ونقل الأكسجين إلى الجنين. لذلك فإن تناول ملعقة من دبس التمر يومياً يُمكن أن يُساهم في تقليل مخاطر الإصابة بفقر الدم أثناء الحمل.

كيفية تناول دبس التمر على الريق
يمكنك تناول دبس التمر بعدة طرق للحصول على الفوائد السابق ذكرها مثل:

تناول ملعقة صغيرة مباشرة كل صباح.
يمكنك إضافة ملعقة من دبس التمر على كوب من الماء أو الحليب.

يمكنك إضافته إلى وجبة الإفطار مثل الشوفان أو الزبادي.
أضرار دبس التمر
على الرغم من الفوائد الصحية المتعددة لدبس التمر، غير أنه قد يسبب بعض الأضرار للجسم، لذلك يجب الانتباه لها.

وتشمل هذه الأضرار التالي:

ارتفاع مستويات السكر في الدم
سبق وذكرنا أن دبس التمر يساعد في ضبط مستويات سكر الدم، على الرغم من ذلك، فإن الإفراط من تناوله قد يأتي بنتيجة عكسية، نظراً لاحتوائه على نسبة عالية من السكريات الطبيعية، فقد يؤدي تناول كميات كبيرة منه إلى ارتفاع مستويات السكر في الدم، مما يجعله غير مناسب لمرضى السكري دون استشارة الطبيب.

زيادة الوزن
على النحو السابق ذكره، الاستهلاك المفرط لدبس التمر قد يسبب في زيادة الوزن بسبب محتواه العالي من السعرات الحرارية.

الحساسية الحساسية من دبس التمر لا تصيب الجميع، بينما قد يعاني الأشخاص من حساسية تجاه التمر أو منتجاته، مما قد يسبب ردود فعل تحسسية مثل الحكة أو التورم. تتسوس الأسنان

السكريات الطبيعية في دبس التمر قد تزيد من خطر تتسوس الأسنان إذا لم يتم الحفاظ على نظافة الفم بعد تناوله. لذا، يُنصح بتناوله بكميات معتدلة وضمن نظام غذائي متوازن.

وكالات
ربما سمعت من قبل عن دبس التمر، فهو طعام بات رائجاً في الوطن العربي بفضل فوائده العديدة. فإن دبس التمر له قيمة غذائية عالية وفوائد صحية متنوعة.

دبس التمر كما يبدو من الاسم، يتم استخراجه من ثمار التمر الناضجة، وهو مستخلص غني بالسكريات الطبيعية، الفيتامينات، والمعادن. ذاع صيت دبس التمر كقطع صحي يُنصح بتناوله على الريق. فهل كل هذا الصيت قائم على أساس علمي؟
فوائد دبس التمر

ذكرت تقارير طبية نشرت في WebMD و Healthline أن دبس التمر يحتوي على مكونات غذائية رائعة تساهم في تعزيز صحة الجهاز الهضمي، تعزيز المناعة، ودعم صحة العظام.

فيما يلي الفوائد الصحية لدبس التمر وفقاً لراي العلم.
إن تناول دبس التمر على الريق يساعد في تحسين وظائف الجهاز الهضمي بفضل ما يحتويه من ألياف غذائية طبيعية.

يُعد دبس التمر مصدراً للكربوهيدرات الطبيعية والسكريات البسيطة، مثل الجلوكوز والفركتوز، التي يتم امتصاصها سريعاً في الجسم. تناول ملعقة من دبس التمر صباحاً بعد الجسم بطاقة فورية تساعد على الشعور بالنشاط، من ثم أداء بدني وعقلي جيد. يشير معهد التغذية الأمريكي American Institute of Nutrition، إلى أن الكربوهيدرات الطبيعية هي الخيار الأمثل للحصول على طاقة تستمر مقارنة بالسكريات الصناعية التي قد تعطي الشخص شعوراً بالطاقة المفاجئة لكنها سرعان ما تختفي. تقوية المناعة

دبس التمر يحتوي على مضادات أكسدة قوية، مثل البوليفينولات والفلافونويدات، التي تساعد في تقوية جهاز المناعة ومحاربة الجذور الحرة التي تسبب الشيخوخة والأمراض. تلعب مضادات الأكسدة الموجودة في دبس التمر على تقليل مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة، مثل أمراض القلب والسكري.

تقوية العظام
يحوي دبس التمر على الكالسيوم والمغنيسيوم وهي عناصر أساسية لتقوية العظام كما أنها تقي من هشاشة العظام. النساء بشكل خاص يمكن أن يستفدن من هذه الفوائد، حيث إنهن أكثر عرضة للإصابة بهشاشة العظام مع التقدم في العمر.

أشارت منظمة الصحة العالمية إلى أن الكالسيوم والمغنيسيوم يُساهمان في تعزيز الكثافة العظمية وتقليل مخاطر الكسور. ضبط معدلات سكر الدم

صحيح أن دبس التمر يحتوي على سكريات طبيعية، إلا أنه يساعد في ضبط مستويات السكر في الدم لكن بشرط أن يتم تناوله بكميات مناسبة. وذلك لأن الألياف الغذائية الموجودة فيه تبطئ عملية امتصاص السكر، مما يمنع حدوث ارتفاعات مفاجئة في مستويات الجلوكوز. وفقاً

المعالجة.
والمركببات النشطة بيولوجيا الرئيسية في الجزر هي الفلكارينول والفالكارينديول، والتي تنتجها الخضروات للدفاع ضد الالتهابات الفطرية. وبالإضافة إلى خصائصها المضادة للفطريات فإن هذه المركبات لها تأثيرات مضادة للبكتيريا ومضادة للالتهابات وسامة للخلايا.

ويؤثر مرض السكري من النوع الثاني على الملايين في جميع أنحاء العالم، مع ارتفاع الأعداد في الدانمارك والعالم، ففي الدانمارك وحدها تضاعف عدد الحالات أكثر من 4 أضعاف منذ عام 1996.

ويضمن العلاج عادة تغييرات في النظام الغذائي والأدوية على الرغم من أن العديد من الأشخاص يعانون من آثار جانبية من الأدوية الشائعة.

ووفقاً للباحثين من جامعة جنوب الدانمارك ومستشفى جامعة أودنسه وجامعة كوبنهاغن الذين تعاونوا في الدراسة المنشورة مؤخراً، يمكن أن يوفر الجزر طريقة طبيعية وخالية من الآثار الجانبية لاستكمال العلاجات الحالية. واعتباراً من عام 2022 كان نحو 350 ألف شخص في الدانمارك مصابين بمرض السكري، وكان 89٪ منهم مصابين بمرض السكري من النوع الثاني.

وعلى مستوى العالم، يعاني أكثر من نصف مليار شخص من مرض السكري، مع زيادة معدلات مرض السكري من النوع الثاني في معظم البلدان، ويعزى هذا الارتفاع إلى تغييرات نمط الحياة وزيادة معدلات السمنة وشيخوخة السكان.

هل يعالج الجزر مرض السكري؟



الحوية النشطة يختلف على نطاق واسع بين أصناف الجزر.

ويمكن ذلك، يمكن للصف المناسب أن يوفر جرعات كافية من هذه المركبات دون الحاجة إلى منتجات مركزة، فعلى سبيل المثال يحتوي صنف «ثابت بيرد» -وهو جزر أرجواني- على تركيزات عالية نسبياً من المواد الحوية النشطة.

هل طريقة طهو الجزر مهمة؟
يؤثر الطهي على كمية المواد المعززة للصحة، لكنها لا تختفي تماماً.

وقال كريستنسن «حتى مع القلي أو الغليان لفترة طويلة تقل بعض المركبات الحوية النشطة، ومع ذلك، يبدو أن الجزر النيئ أو المطبوخ قليلاً هو الخيار الأفضل للاحتفاظ بأكبر عدد ممكن من المركبات المفيدة قدر الإمكان».

ما هي المركبات النشطة بيولوجيا؟
المركبات النشطة بيولوجيا هي مواد كيميائية عضوية من أصل بيولوجي تؤثر على العمليات الفسيولوجية، ويوجد الكثير منها في النباتات والفطريات ويمكن أن لها تأثيرات مفيدة أو ضارة على البشر.

وتستخدم بعض المركبات النشطة بيولوجيا من النباتات والفطريات في الأدوية، في حين يعتقد أن البعض الآخر في الأطعمة النباتية يعزز الصحة ويمنع الأمراض.

وتعتمد تأثيراتها على آليات العمل والتوافر البيولوجي والتركيز في الغذاء، والتي يمكن أن تختلف باختلاف صنف المحصول والزراعة

مباشرة على البشر، وقالوا "استخدمت دراستنا نموذجاً حيوياً، والخطوة التالية هي إجراء التجارب السريرية على البشر". وأضافوا "مثل هذه الدراسات مكلفة، ونحن نعمل على تأمين التمويل الخارجي لإجراء تجربة سريرية أصغر مع الجزر الذي يحتوي على كميات عالية نسبياً من المركبات النشطة بيولوجيا".

وبقول كريستنسن إن هذا قد يمهد الطريق لدراسات سريرية أكبر، بما في ذلك الدراسات على الحيوانات باستخدام المركبات الحوية النشطة النقية، وبالتالي إثبات التأثيرات الوقائية للجزر ضد مرض السكري من النوع الثاني.

وتشير النتائج الأولية من دراسة مماثلة بشأن تأثيرات الجزر على سرطان القولون إلى أن تناول 4-3 غراماً فقط من الجزر النيئ أو المطبوخ قليلاً يومياً يمكن أن تكون له تأثيرات مفيدة. ووفقاً للباحثين، فإن تركيز المركبات

بالدم. وهذه المواد النشطة بيولوجيا والمستمدة من الأحماض الدهنية غير المشبعة موجودة أيضاً في خضروات أخرى من عائلة الجزر، مثل البقدونس والكرفس والجزر الأبيض.

وقال الباحث المشارك لارس بورسكاير كريستنسن «نرى الجزر كمكون محتمل لإستراتيجيات النظام الغذائي المستقبلية لمرض السكري من النوع الثاني».

هل يمكن للجزر أن يساعد البشر؟
الباحثون حذرون بشأن تطبيق نتائجهم بشكل مباشر على البشر، وقالوا "استخدمت دراستنا نموذجاً حيوياً، والخطوة التالية هي إجراء التجارب السريرية على البشر". وأضافوا "مثل هذه الدراسات مكلفة، ونحن نعمل على تأمين التمويل الخارجي لإجراء تجربة سريرية أصغر مع الجزر الذي يحتوي على كميات عالية نسبياً من المركبات النشطة بيولوجيا".

وبقول كريستنسن إن هذا قد يمهد الطريق لدراسات سريرية أكبر، بما في ذلك الدراسات على الحيوانات باستخدام المركبات الحوية النشطة النقية، وبالتالي إثبات التأثيرات الوقائية للجزر ضد مرض السكري من النوع الثاني.

وتشير النتائج الأولية من دراسة مماثلة بشأن تأثيرات الجزر على سرطان القولون إلى أن تناول 4-3 غراماً فقط من الجزر النيئ أو المطبوخ قليلاً يومياً يمكن أن تكون له تأثيرات مفيدة. ووفقاً للباحثين، فإن تركيز المركبات

15 فائدة صحية للتوت الأزرق



بشكل جيد لفترة أطول.
الوزن بالنسبة لمن يسعون إلى ضبط الوزن، فإن التوت الأزرق يعتبر وجبة خفيفة مليئة بالألياف ومنخفضة السعرات الحرارية، وهو يمنح شعوراً بالشبع، ويساعد في إبطاء الرغبة الشديدة غير الصحية.

الصحة الجنسية تشير أبحاث من جامعة ييل إلى أن المركبات الموجودة في التوت الأزرق قد تؤثر إيجابياً على الصحة الجنسية وتطلبت الدورة الدموية.

الشعر ربطت بعض الدراسات التي شملت البشر بتساعد الفيتامينات الموجودة في التوت الأزرق صحة الشعر وتحسينه. ومن خلال دعم التواصل بين خلايا المخ، قد يساهم التوت الأزرق على العقل وتتبع التفاصيل والأفكار.

العيون: وتتمت دراسة مضادات الأكسدة الموجودة داخل التوت الأزرق، وخاصة الأنثوسيانين وتأثيره على صحة العين. وتبين أن هذه المواد قد تقلل من المخاطر المرتبطة بالتعرض للإجهاد. قد يساعد إضافة التوت الأزرق إلى النظام الغذائي في الحفاظ على عمل العينين

وظائف المخ يستحق العقل الحماية أيضاً. وقد تساعد المواد الموجودة داخل التوت الأزرق الخلايا العصبية على العمل بشكل أفضل من خلال صد الضرر الناتج عن العمليات الضارة في الخلايا. وقد وجدت دراسات أن إضافة حصص من التوت الأزرق إلى الوجبة يساعد الدماغ على البقاء على المسار الصحيح.

الحمض النووي عندما تتقدم الخلايا في العمر، يمكن أن تتعرض لأضرار تؤثر على الحمض النووي. ويحتوي التوت الأزرق على مضادات الأكسدة التي قد تساعد في تقليل الضرر الذي يلحق بهذه المادة الوراثية الحوية، وبالتالي السماح للخلايا بمواصلة العمل بسلاسة.

مع وجود عدد أقل من التغييرات الضارة في الحمض النووي لدينا، قد نتجنب من تجنب بعض المشكلات الصحية الخطيرة مع تقدمنا في العمر.

توازن السكر بالنسبة لمن يعانون من مقاومة الأنسولين، فقد لفت التوت الأزرق انتباه الباحثين. واقتُرحت

وكالات

توصلت دراسة حديثة إلى أن الجزر قد يساعد في تنظيم نسبة السكر بالدم وتحسين البكتيريا المعوية، وبالتالي قد يستخدم في علاج السكري من النوع الثاني مستقبلاً وتنظيم غلوكوز الدم.

وأجرى الدراسة باحثون في كلية العلوم الصحية بجامعة جنوب الدانمارك، ونشرت في مجلة "كلينيكال آند ترانزيشنل ساينس"، وكتب عنها موقع يوريك آرث.

ووجد الباحثون أن الجزر يمكن أن يعزز قدرة الجسم على تنظيم نسبة السكر في الدم والتأثير بشكل إيجابي على تكوين بكتيريا الأمعاء.

تأثير الجزر على سكر الدم والبكتيريا المعوية درس الباحثون تأثيرات الجزر على مدى 16 أسبوعاً باستخدام فئران مصابة بمرض السكري من النوع الثاني، وتم وضع الفئران على نظام غذائي عالي الدهون لمحاكاة نمط حياة بشري غير صحي.

وتم تقسيم الفئران إلى مجموعتين: تلقت إحداهما نظاماً غذائياً مكملاً بمسحوق الجزر المجفف بالتجميد بنسبة 10٪، في حين تلقت الأخرى نظاماً غذائياً بدون جزر.

وتمت مطابقة السعرات الحرارية في كلا النظامين الغذائيين، مما يضمن أن المتغير الوحيد هو المركبات النشطة بيولوجيا في الجزر. وأظهرت النتائج أن المجموعة التي تلقت مسحوق الجزر أظهرت تحسناً في تنظيم سكر الدم، كما تم قياسه من خلال اختبارات تحمل الجلوكوز.

ويفيد اختبار تحمل الجلوكوز مدى قدرة الجسم على تنظيم نسبة السكر في الدم بعد استهلاك كمية محددة من السكر.

وفي هذه الدراسة تم إعطاء الفئران محلول سكر، وتم قياس مستويات السكر في الدم بمرور الوقت.

وقال الباحث مورتن كوبيك لارسن الأستاذ المشارك في قسم الأبحاث السريرية "أظهرت دراستنا أن الجزر غير تكوين ميكروبيوم الأمعاء (لمباريات الكائنات الحية الدقيقة التي تعيش في الأمعاء، والتي تلعب دوراً حاسماً في الهضم والصحة)، وأن الفئران التي تناولت الجزر أظهرت توازناً صحياً للبكتيريا المعوية".

وبالإضافة إلى ذلك، كان لدى هذه الفئران المزيد من البكتيريا التي تنتج الأحماض الدهنية قصيرة السلسلة (إس سي إف إيه إس)، وتساعد هذه الجزيئات الصغيرة التي تتشكل عندما تكسر البكتيريا الألياف الغذائية في تنظيم عملية التمثيل الغذائي للطاقة وسكر الدم مع دعم صحة الأمعاء.

كيف يعمل الجزر؟
يحتوي الجزر على مركبات نشطة بيولوجيا تعمل على تعزيز قدرة الخلايا على امتصاص السكر، وبالتالي المساعدة في تنظيم نسبة السكر

في الدم. وهذه المواد النشطة بيولوجيا والمستمدة من الأحماض الدهنية غير المشبعة موجودة أيضاً في خضروات أخرى من عائلة الجزر، مثل البقدونس والكرفس والجزر الأبيض.

وقال الباحث المشارك لارس بورسكاير كريستنسن «نرى الجزر كمكون محتمل لإستراتيجيات النظام الغذائي المستقبلية لمرض السكري من النوع الثاني».

هل يمكن للجزر أن يساعد البشر؟
الباحثون حذرون بشأن تطبيق نتائجهم بشكل مباشر على البشر، وقالوا "استخدمت دراستنا نموذجاً حيوياً، والخطوة التالية هي إجراء التجارب السريرية على البشر". وأضافوا "مثل هذه الدراسات مكلفة، ونحن نعمل على تأمين التمويل الخارجي لإجراء تجربة سريرية أصغر مع الجزر الذي يحتوي على كميات عالية نسبياً من المركبات النشطة بيولوجيا".

وبقول كريستنسن إن هذا قد يمهد الطريق لدراسات سريرية أكبر، بما في ذلك الدراسات على الحيوانات باستخدام المركبات الحوية النشطة النقية، وبالتالي إثبات التأثيرات الوقائية للجزر ضد مرض السكري من النوع الثاني.

وتشير النتائج الأولية من دراسة مماثلة بشأن تأثيرات الجزر على سرطان القولون إلى أن تناول 4-3 غراماً فقط من الجزر النيئ أو المطبوخ قليلاً يومياً يمكن أن تكون له تأثيرات مفيدة. ووفقاً للباحثين، فإن تركيز المركبات

وكالات

يدخل التوت الأزرق في عدد من الأطباق، من المعجنات الحلوة إلى الصلصات، ويعطي مذاقها الذي يجمع بين الحلو واللذع سمة فريدة لهذا النوع من التوت، لكن الفوائد الصحية العديدة التي يوفرها تضعه ضمن تصنيف "الأطعمة الخارقة".

وقد بدأت زراعة هذا النوع من التوت قديماً من الأمريكيين الأصليين، ثم نال شهرة عالمية بسبب مائه وفوائده التالية:

الإجهاد: يحتوي التوت الأزرق على وفرة من الفيتامينات، وخاصة فيتامين سي، بالإضافة إلى جرعة كبيرة من مضادات الأكسدة التي تساعد الجسم على الدفاع عن نفسه ضد الإجهاد اليومي.

موازنة الالتهاب: تقول الدكتورة كارين فيليبس من المركز الوطني الأمريكي لبحوث الأغذية "بعض المركبات الموجودة داخل التوت الأزرق، مثل البروانثوسياندين، قد تساعد الجسم على التعامل مع الالتهاب".

وتعيق كثرة الالتهاب الشفاء، وتساهم في إصابة الأنسجة وتطور بعض الأمراض السرطان.

تشير دراسات إلى أن تناول التوت الأزرق يمكن أن يؤثر على الطريقة التي يدير بها الجسم الخلايا غير الطبيعية.

وقد وجد أبحاث أن التوت يحتوي على مواد مثل حمض الغاليك والريسفيراترول، والتي ارتبطت بانخفاض نمو بعض الخلايا غير الطبيعية. وعلى الرغم من أنه لا ينبغي النظر إلى هذا على أنه وعد بمعجزة، إلا أنه قد يضيف القليل من الأمل في أن التغييرات الغذائية قد تحدث فرقاً في الوقاية من السرطان.

الشيخوخة: تحمي عناصر البروانثوسياندين من التغييرات المرتبطة بالشيخوخة، كما بينت دراسات عام 2023. ومن خلال المساعدة في التخلص من الجذور الحرة غير المرغوب فيها التي تؤدي إلى التآكل والتلف، يساعد التوت الأزرق في تعزيز الصحة في مواجهة آثار الشيخوخة.

بكتيريا مفيدة تمنع زيادة الوزن

وفي أبحاث سابقة، اكتشف لوري أن الحقن بكائن يُدعى "مايكوبكتيريوم فايي" (Mycobacterium vaccae) الموجود في حليب الأبقار والترية، يمكن أن يمنع الالتهابات الناتجة عن الإجهاد والمشكلات الصحية المرتبطة بها.

وفي الدراسة الجديدة، حاول لوري وفريقه معرفة ما إذا كان هذا الكائن يمكن أن يساعد في التصدي لبعض الالتهابات الدماغية والقلق المرتبطين بالنظام الغذائي السيئ.

وأظهرت النتائج أن الفئران التي تلقت حقناً أسبوعية بالبكتيريا المفيدة لم تكتسب وزناً زائداً رغم تناولها نفس الكمية من السعرات الحرارية كالتي تناولتها الفئران التي لم تتلق الحقن.

وأشار الباحث المشارك، لوك ديموسن، إلى أن هذه النتائج قد تكون خطوة نحو تطوير "لقاح ضد الإجهاد" يمكن أن يساعد أيضاً في مكافحة زيادة الوزن الناتجة عن الأنظمة الغذائية غير الصحية. ورغم الحاجة إلى مزيد من الأبحاث لتحديد كيفية تأثير هذه البكتيريا في البشر، يأمل الفريق في أن يكون لهذه الكائنات الحية دور كبير في إنتاج لقاح للوقاية من السمنة والمشكلات الصحية المتعلقة بالنظام الغذائي. وفي الوقت الحالي، يُنصح لوري بالتعرض للبيئة والعمل في الحدائق وتناول الخضروات الطازجة للحصول على الفوائد الصحية من هذه "الأصدقاء القدامى".

التدخين المبكر يفاقم

مخاطر الانسداد الرئوي المزمن

الصعب على المصابين التنفس بشكل متزايد. لا يوجد علاج لهذه الحالة، التي تزداد سوءاً بشكل مطرد بمرور الوقت. وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات 10100 مشارك في مشروع بحثي فيدرالي بالولايات المتحدة، مستمر حول التأثيرات الصحية للتدخين.

وأظهرت النتائج أن حوالي 29٪ من الذين بدأوا التدخين في سن أصغر من 15 عاماً أصيبوا بمرض الانسداد الرئوي المزمن، مقارنة بـ 21٪ للذين بدأوا في سن 15 عاماً أو أكبر، وأقل بقليل من 8٪ لم يدخنوا أبداً.

وكان المدخنون في مرحلة الطفولة أيضاً أكثر عرضة للتدخين حالياً، وكانوا يدخنون لفترة أطول، وكانوا أكثر تعرضاً للتدخين السلبي.

كالات - في هذا الوقت من العام، يلجأ الملايين إلى الحميات الغذائية والتمارين والأدوية للمساعدة في التحكم في أوزانهم. ولكن دراسة جديدة من جامعة كولورادو بولدر تقترح أن التعرض للبكتيريا المفيدة قد يكون أداة مفاجئة لتحقيق هذا الهدف.

وأظهرت الدراسة، التي نُشرت في مجلة "برين & بيهافور" إيمونييتي"، أن الحيوانات التي تم حقنها أسبوعياً بكائن حي موجود في حليب الأبقار والترية كانت محمية بشكل شبه كامل من اكتساب الوزن بسبب نظام غذائي غني بالدهون والسكريات.

ويقول البروفيسور كريستوفر لوري، الباحث الرئيسي في الدراسة: "ما يثير الدهشة في هذه الدراسة هو أننا لاحظنا منعاً تاماً لزيادة الوزن المرتبطة بالنظام الغذائي في هذه الحيوانات"، مشيراً إلى أن هذا يشير إلى أن التعرض للبكتيريا المفيدة يمكن أن يحمينا من بعض الآثار السلبية للنظام الغذائي الغربي.

وتعد هذه الدراسة الأحدث التي تسلط الضوء على فوائد أنواع معينة من البكتيريا الصحية المعروفة بـ "الأصدقاء القدامى" التي تطورت جنباً إلى جنب مع البشر، لكننا فقدنا الاتصال بها مع انتقالنا من الحياة الريفية إلى البيئات الحضرية المعقدة.

حذرت أبحاث جديد من خطر التدخين في الطفولة، قبل سن 15 عاماً، لأنه يزيد خطر الانسداد الرئوي المزمن بنسبة 27٪. وقت لاحق من الحياة، مقارنة بمن بدأوا التدخين لاحقاً.

وقالت الدكتورة لورا بولين، من جامعة دارتموث، إن هذا الخطر يستمر حتى لو توقف الشخص عن التدخين، أو حالة التدخين، والتي تتضمن عدد علب السجائر، وسنوات التدخين، وكذلك درجة التعرض للتدخين السلبي.

وبحسب "هيلث داي" قد يعتقد المراهقون الصغار أن التدخين يجعلهم يبدون رائعين، لكنه من المرجح أن يخطف أنفاسهم في مرحلة البلوغ.

فرض الانسداد الرئوي هو مرض رئوي مزمن، يجعل من الصعب على المصابين التنفس بشكل متزايد. لا يوجد علاج لهذه الحالة، التي تزداد سوءاً بشكل مطرد بمرور الوقت. وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات 10100 مشارك في مشروع بحثي فيدرالي بالولايات المتحدة، مستمر حول التأثيرات الصحية للتدخين.

وأظهرت النتائج أن حوالي 29٪ من الذين بدأوا التدخين في سن أصغر من 15 عاماً أصيبوا بمرض الانسداد الرئوي المزمن، مقارنة بـ 21٪ للذين بدأوا في سن 15 عاماً أو أكبر، وأقل بقليل من 8٪ لم يدخنوا أبداً.

وكان المدخنون في مرحلة الطفولة أيضاً أكثر عرضة للتدخين حالياً، وكانوا يدخنون لفترة أطول، وكانوا أكثر تعرضاً للتدخين السلبي.

فرض الانسداد الرئوي هو مرض رئوي مزمن، يجعل من الصعب على المصابين التنفس بشكل متزايد. لا يوجد علاج لهذه الحالة، التي تزداد سوءاً بشكل مطرد بمرور الوقت. وفي الدراسة، حلل الباحثون بيانات 10100 مشارك في مشروع بحثي فيدرالي بالولايات المتحدة، مستمر حول التأثيرات الصحية للتدخين.

وأظهرت النتائج أن حوالي 29٪ من الذين بدأوا التدخين في سن أصغر من 15 عاماً أصيبوا بمرض الانسداد الرئوي المزمن، مقارنة بـ 21٪ للذين بدأوا في سن 15 عاماً أو أكبر، وأقل بقليل من 8٪ لم يدخنوا أبداً.

وكان المدخنون في مرحلة الطفولة أيضاً أكثر عرضة للتدخين حالياً، وكانوا يدخنون لفترة أطول، وكانوا أكثر تعرضاً للتدخين السلبي.

5 أنواع من الأطعمة متنوعة

على الطفل المصاب بالتوحد



وكالات
بعد اضطراب طيف التوحد (ASD)، هو اضطراب نمو الدماغ يواجه الأطفال المصابين بالتوحد، ويتسبب لهم في صعوبة في التواصل والتفاعل مع الآخرين، ولحد من أعراض مرض التوحد، يجب مراعاة اتباع الطفل نظاماً غذائياً محددًا وذلك لأن بعض الأطعمة يمكن أن تجعل حالة الطفل أسوأ وتتفاقم الأعراض، فيما يلي وفقًا لموقع "aisingchildren" عدة أنواع من الأطعمة الممنوعة على الأطفال المصابين بالتوحد.

الحبوب ومنتجات الألبان
في كثير من الحالات، يعاني الأطفال المصابون بالتوحد من الحساسية لبعض الأطعمة التي تحتوي على بروتينات مثل الغلوتين والكازين، وذلك لأن أجسامهم تتفاعل مع تلك المكونات من البروتين بطريقة مختلفة يمكن أن تغير سلوك الطفل.

على الجانب الآخر يعد الجلوتين بروتينًا يمكن أن يتواجد في بعض الحبوب مثل القمح والشعير، وعادة ما يحتوي خبز القمح والكعك والمعكرونة على الغلوتين، لذا يمكنك التحقق من ملصقات المنتجات للتأكد من أنها خالية من الجلوتين.

وفي الوقت نفسه، يمكن أن يتواجد الكازين في بعض الأطعمة التي تحتوي على اللاكتوز، وهذا يعني أن منتجات الألبان ومنتجات المصنعة، مثل الزبدة والجبن، تحتوي على الأرجح على الكازين، وهو من المكونات الغذائية غير المفضلة للأطفال المصابين بالتوحد؛ لأن منتجات الألبان التي تحتوي على اللاكتوز هي مصدر جيد للقيتامين د والكالسيوم.

لذلك على البحث عن أطعمة أخرى للتأكد من حصول طفلك على كمية كافية من الكالسيوم وقيتامين د؛ مثل تناول الخضار الخضراء والأسماك البحرية.
تعرفي إلى المزيد حول حساسية الحليب عند الأطفال قول الصويا وشتاقته

عادة يتم تعديل العديد من فول الصويا ومنتجات الصويا وراثيًا مما يجعلها تسبب الحساسية الغذائية، وقد يؤدي ذلك إلى تفاقم أعراض التوحد لدى طفلك بالإضافة إلى ذلك، هناك علاقة بين استخدام الحليب الاصطناعي المعتمد على الصويا والنوبات المرضية لدى الأطفال المصابين بالتوحد، كما يمكن العثور على فول الصويا في صلصة الصويا، وزيت فول الصويا، والتوفو والحليب الصويا لذلك يوصى بشدة بالقراءة الدقيقة للملصقات الطعام لمنع دخول فول الصويا إلى نظام الطفل الغذائي.

النكهات الصناعية
لا تجنب مادة غلوتامات أحادية الصوديوم، وهو نوع من النكهات المستخدمة في العديد من الأطعمة المصنعة، يمكن أن يفيد الأطفال المصابين بالتوحد من خلال خلق توازن غذائي أفضل وتقليل مخاطر ردود الفعل السلبية، فوفقًا للدراسات فإن تناول الكثير من مادة غلوتامات أحادية الصوديوم يمكن أن يسبب الإفراط في تحفيز دماغ الطفل ويسبب فرط النشاط.

وإن كانت مادة غلوتامات أحادية الصوديوم، وهو نوع من النكهات المستخدمة في العديد من الأطعمة المصنعة، يمكن أن يفيد الأطفال المصابين بالتوحد من خلال خلق توازن غذائي أفضل وتقليل مخاطر ردود الفعل السلبية، فوفقًا للدراسات فإن تناول الكثير من مادة غلوتامات أحادية الصوديوم يمكن أن يسبب الإفراط في تحفيز دماغ الطفل ويسبب فرط النشاط.

5 أشياء تُفسد زيت الزيتون أثناء تخزينه

وكالات
كيفية الحفاظ على جودة زيت الزيتون أثناء التخزين
الزيتون وزيت هما كالتويز الطبيعية التي تقدمها لنا البيئة، ولكن قليلًا ما نعلم كيفية الحفاظ على هذه الثروة دون أن تفسد. زيت الزيتون، تحديدًا، يعد مكونًا هامًا في العديد من المطابخ حول العالم بفضل قيمته الغذائية العالية ونكهته الغنية. ومع ذلك، فإن طريقة التخزين الخاطئة يمكن أن تفسد زيت الزيتون بسهولة. في هذه المقالة، سنلقي نظرة على كيفية الحفاظ على جودة زيت الزيتون أثناء التخزين وما هي الأخطاء التي يجب تجنبها.

الأسباب الخفية وراء فساد زيت الزيتون
يمكن أن تتسبب عدة عوامل في تدهور جودة زيت الزيتون وتغيير مذاقه ورائحته. سنناقش هذه العوامل لتجنبها والحفاظ على الزيت طازجًا لأطول فترة ممكنة. التعرض للضوء: يعد الضوء من أكثر العوامل ضررًا لزيت الزيتون. يؤدي التعرض المستمر للضوء، سواء كان طبيعيًا أو صناعيًا، إلى تفاعل كيميائي يتسبب في تدهور الجودة وانخفاض الفوائد الصحية. يُفضل دائمًا حفظ الزيت في زجاجات داكنة اللون في مكان مظلم. الحرارة المرتفعة: الحرارة يمكن أن تفسد زيت الزيتون، حيث تؤدي إلى أكسدة الزيت وفقدان الكثير من مكوناته الغذائية. لذا، يجب حفظ الزيت في مكان بارد بعيد عن مصادر الحرارة مثل الموقد أو النافذة المعرضة للشمس. التعرض للهواء: التعرض للأكسجين هو عامل رئيسي في



الأمم

قنبلة فيتامينات..

نوع من الخس يحدث الفارق

وكالات
نجح علماء في إسبانيا في تصنيع «خس ذهبي» جديد يحتوي على عناصر غذائية أكثر بـ ٣٠ مرة من الخس الأخضر العادي، بحسب ما نشره موقع New Atlas نقلا عن دورية Plant.

تعزيز جهود جندي مجهول
لا يعد الخس من أكثر الخضروات إثارة للاهتمام، ولكنه يتواجد غالبًا في السندويشات واللفائف واليخانات والوجبات الأخرى كطريقة لإضافة المزيد من العناصر الغذائية وكوسيلة لخفض التكاليف الاقتصادية.

قام فريق من معهد أبحاث البيولوجيا الجزيئية والخلوية النباتية IBMCP مؤخرًا بتعديل الخس وراثيًا لتعزيز قيمته الغذائية. على وجه التحديد، قاموا بزيادة مستويات مضاد الأكسدة المسمى بيتا كاروتين، والذي يستخدمه الجسم لصنع فيتامين A، الذي يعد مهمًا لصحة الرؤية ووظيفة المناعة ونمو الخلايا، والذي يُعتقد أنه يحمي من مرض الزهايمر وأمراض القلب إلى جانب بعض الأمراض الأخرى.

لون ذهبي مذهل
يتواجد البيتا كاروتين عادة بكميات كبيرة في الخضروات مثل الجزر والقرع والبطاطا الحلوة. إن اللون البرتقالي هو السمة المشتركة بين هذه الخضروات، والخس الجديد ليس استثناءً. تؤدي كميات كبيرة من البيتا كاروتين إلى صبغ الأوراق بلون أصفر مذهل، ومن هنا جاء لقب الخس الذهبي.

كانت مستويات البيتا كاروتين في أوراق الخس الذهبي أعلى بنحو ٣٠ مرة من تلك الموجودة في الخس العادي. كما أن المواد المضادة للأكسدة أكثر قابلية للوصول بيولوجيًا، مما يعني أن الجهاز الهضمي يمكنه استخراجها بسهولة أكبر من الطعام.

تقنيات التكنولوجيا الحيوية
وقال مانويل رودريغيز كوشيسبيسون، الباحث الرئيسي في الدراسة: «لقد نجح فريق العلماء في إنتاج وتجميع بيتا كاروتين في حجرات خلوية لا يوجد فيها عادة من خلال الجمع بين التقنيات التكنولوجية الحيوية والعلاجات ذات كثافة الضوء العالية..»

أدوية سامة في المنزل..

كيف تتحول إلى خطر داهم؟

وكالات
يسُلب الأطباء الضوء على مخاطر ترك "خزانة الأدوية" عشوائية غير مُرتبة، أو عدم الانتباه لتاريخ صلاحيتها، الأمر الذي قد يفقدنا فاعليتها بمرور الوقت، ويحولها إلى مواد سامة.

في هذا السياق، تتعامل الصيدلانية البريطانية ديورا غرايسون: "كيف تبدو خزانة الأدوية الخاصة بنا؟، هل تبدو صفوفها جميلة وأنيقة ومرتبطة بعناية حسب نوع المنتج واستخدامه، أم أنها عبارة عن فوضى عارمة من الأنابيب والأحواض المستهلكة، والضمادات العشوائية وحزم الحبوب نصف المملطة، التي يعود تاريخها إلى إشور مضت؟".

وللإجابة على هذه الأسئلة، أوضحت غرايسون، عبر نصائح نشرتها "ديلي ميل"، أن أغلب الأدوية لا تدوم أكثر من بضعة أشهر، وأغلبها له عمر لا يتجاوز ٣ أشهر، لافتة إلى أن تركها مدة زمنية طويلة يجعلها غير آمنة للاستخدام، والتهايات بالبكتيريا.

وضعت غرايسون، في هذا الإطار دليلاً مُبسّطاً للحفاظ على الأدوية سليمة، وفق ٣ تصنيفات "مخاطر منخفضة، ومتوسطة، وعالية"، يمكن تلخيصها في النقاط التالية:

مخاطر مُخفضة
تُشدد الصيدلانية إلى ضرورة الاحتفاظ بالأدوية في مكان بارد وجاف، داخل عبوات بلاستيكية لتجنب دخول الأكسجين إليها.

ويتعين أيضاً الانتباه لتاريخ صلاحية الأدوية، حتى لهذه التي يمكنها الاستمرار لفترات زمنية طويلة، مثل مضادات الاكتئاب والمضات الغذائية، التي لا تسبب ضرراً حال انتهاء صلاحيتها، إلا أن بقاءها لفترة طويلة يتسبب في فقدان فعاليتها.

المخاطر متوسطة:
في هذا الشأن، تُوجه غرايسون، إلى ضرورة التخلص من النوع السائل عند انتهاء صلاحية، ولكن إذا تم حفظها في زجاجات بدلاً من العبوات البلاستيكية المغلقة، فإن الأكسجين قد يخرقها ويغير تركيبها، مما يجعلها أقل فاعلية.

في هذا الشأن، تُوجه غرايسون، إلى ضرورة التخلص من النوع السائل عند انتهاء صلاحية؛ لأنه يشكل خطورة أكبر للتلوث البكتيري، ما يعرض الشخص لعدوى تشبه "التسمم الغذائي"، أو ما هو أسوأ.

كما تحذر من سكب المضادات الحيوية السائلة في الحوض أو التخلص منها في المراض، كون ذلك يتسبب في تسربها إلى البيئة، وقد يؤدي إلى ظهور بكتيريا مقاومة للأدوية، وبدلاً من ذلك تدعو إلى إعادة الأدوية منتهية الصلاحية إلى الصيدلية المحلية، حيث يمكنهم التخلص منها بأمان.

مخاطر عالية:
تُشدد ديورا غرايسون، على ضرورة التخلص من زجاجة الأسبرين، إذا تحولت راحتها إلى رائحة الخل، لافتة إلى أن جرعات الأسبرين الموجودة في زجاجة عند فتحها تسمح بدخول الأكسجين إليها ما يسمح بتحلل الأقراص مع الوقت.

وتحذر غرايسون، من أن تناول حبات الأسبرين التي تشبه رائحة الخل، قد يعرض الشخص إلى تلق بطانة المعدة.

في حين أن الكريمات والمراهم الستيرويدية المستخدمة لعلاج أمراض الجلد، عادة ما يكون لها تاريخ انتهاء صلاحية طويل، إلا أنه بمجرد فتحها يجب استخدامها في غضون ٣ إلى ٦ أشهر، على الأكثر، مُشيرة إلى أن استخدامها لفترات أطول من السابقة قد يُعرضنا للإصابة بالعدوى.

وتؤكد غرايسون، أن قطرات العين المستخدمة لعلاج التهابات وتخفيف أعراض حمى القش "حساسية الأنف"، قد تؤدي لخطر التلوث البكتيري بعد فتحها، الأمر الذي يتطلب ضرورة التخلص منها بعد ٢٨ يوماً.

وضربت غرايسون، ملاً أخيراً بشراب السعال، لافتة إلى أنه من المنتجات التي يجري فتحها في كثير من الأحيان وتركها دون الانتهاء منها، الأمر الذي يجعله ملوثاً بالبكتيريا ويسبب عدوى خطيرة، داعية إلى أهمية التخلص منه بعد ٦ أشهر.

أيهما يقلل السكر في الدم..

التمارين قبل الإفطار أم بعده؟

وكالات
وجد باحثون في جامعة تورونتو أن ارتفاع نسبة السكر في الدم بعد تناول وجبة الطعام لدى الإناث الأصحاء كان أقل إذا مارسن الرياضة بعد الإفطار.

كما قاس الباحثون مستوى الشهية قبل وبعد التمرين، ومرة كل ساعة في فترة ما بعد التمرين.

ووجدوا أن المشاركات في الدراسة اللاتي مارسن الرياضة بعد تناول الإفطار كان لديهن شهية أقل مباشرة قبل وبعد جلسة التمرين، مقارنة بمن مارسن الرياضة قبل الأكل.

وفي حين ثبت أن التمارين الرياضية منخفضة الكثافة والمنخفضة تقلل من ارتفاع نسبة السكر في الدم في البيئات المغلقة، فإن هذه البروتوكولات غالباً ما تنطوي على معدات تمارين متخصصة، كما قالت اليكسا غوفيت الباحثة المشاركة.

وبحسب "مديكال إكسبريس"، أحد الجوانب الجديدة لهذه الدراسة هو أن بروتوكول التمارين الرياضية المنخفضة كان خالياً من المعدات، ويتكون فقط من حركات وزن الجسم مثل القفزات والقفزات القصيرة والتسلق، في بيئة منزلية.

وقالت غوفيت: "على حد علمنا، هذه هي أول دراسة تبحث في كيفية تأثير توقيت التمارين الرياضية والوجبات على استجابات الغلوكوز في الدم للتمارين الرياضية المنخفضة عالية الكثافة لدى الإناث".

كما أنها أول دراسة لتقييم تأثير توقيت التمارين الرياضية والوجبات على إدراك الشهية لدى الإناث الأصحاء بعد التمارين الرياضية المنخفضة بوزن الجسم".

xx منظور جديد للتمارين
ومن منظور عملي، تقدم الدراسة نظرة ثاقبة جديدة حول تأثير التمارين الرياضية حول الوجبات على تنظيم غلوكوز الدم وإدراك الشهية في بيئة منزلية/غير مختبرية.

و"نظراً الشعبية المتزايدة للتمارين الرياضية في المنزل وفي البيئات الافتراضية، تعتبر هذه النتائج موضع اهتمام لدى من يفضلون ممارسة الرياضة في المنزل، أو من ليس لديهم إمكانية الوصول إلى معدات التمرين".

علاج القيء عند الرضع

بالأعشاب بطرق آمنة



وكالات
يعتبر القيء عند الرضع من الأمور الشائعة التي قد تواجه الأمهات منذ ولادة أطفالهن، وقد يحدث ذلك لأسباب طبيعية لا تدعو إلى القلق، مثل الإفراط في الرضاعة أو دخول الهواء أثناء الرضاعة. ومع ذلك، قد يكون القيء في بعض الأحيان مؤشراً على وجود مشكلة صحية تستدعي التدخل الطبي، مثل النزلات المعوية أو العدوى البكتيرية أو الفيروسية، والتي قد تعرض حياة الطفل للخطر إذا لم تُعالج بشكل صحيح.

لماذا يتقيأ الرضيع في شهوره الأولى؟
الرضاعة الزائدة:

يعاني الرضيع في الأشهر الثلاثة الأولى من التقيؤ نتيجة لرضاعة زائدة عن حاجته، حيث تكون معدته صغيرة للغاية (بحجم ملعقة صغيرة فقط) ولا تستطيع استيعاب كميات كبيرة من الحليب. اعتقاد الأم أن الطفل يحتاج إلى الرضاعة كلما يبكي يؤدي إلى امتلاء معدته وخروج الحليب تلقائياً.

ابتلاع الهواء أثناء الرضاعة:
يحدث التقيؤ أيضاً إذا لم تقم الأم بمساعدة الطفل على إخراج الهواء (التكريج) بعد الرضعة. دخول الهواء إلى المعدة مع الحليب يؤدي إلى خروجه لاحقاً مع قليل من الحليب، وهو ما يُعرف بـ "الكشط".

الأسباب الطبيعية للقيء عند الرضع
التهايات بالجراثيم:
يُعد التهاب المعدة والأمعاء سبباً شائعاً للقيء لدى الرضع، خاصة إذا كان مصحوباً بالإسهال والجفاف. العدوى البكتيرية أو الفيروسية:

قد تؤدي العدوى إلى القيء وأعراض أخرى خطيرة تستدعي العلاج الفوري. التهايات الأذن الوسطى:
تنتج عن نزلات البرد وقد تسبب القيء نتيجة تأثر الأذن بتغيرات الضغط.

مشكلات صحية خطيرة:
مثل التهاب السحايا أو التهابات الكبد، التي قد يظهر معها أعراض مرضية.

أعراض مقلقة تستدعي زيارة الطبيب
الجفاف:
تظهر علامات الجفاف عند الطفل مثل غُور العينين، جفاف الجلد، قلة النشاط، وظهور الجلد بشكل متكرمش عند الضغط عليه.

ضعف النمو:
في حال كان الطفل لا يكتسب الوزن بشكل طبيعي والمظاهر على علامات الهزال والضعف.

القيء يصاحب أعراض خطيرة:
مثل البكاء المستمر، القيء الذي يشبه الرشقات لمسافات بعيدة، ظهور دم مع القيء، أو حدوث هبوط في اليافوخ.

فوائد فاكهة الرامبوتان

يمكن أن تُخفف من مشاكل النظر. الاستهلاك المنتظم للرامبوتان والأطعمة الأخرى الغنية بالقيتامين A يساع في حماية العينين لرؤية واضحة وعيون صحية.

يُنصح بتناول ٢ إلى ٥ ثمرات رامبوتان في اليوم، لكن لا تنسى إضافة مصادر أخرى لقيتامين A إلى نظامك الغذائي.

خفض نسبة الكوليسترول السيئ
يمكن أن يساعد تناول فاكهة الرامبوتان، الغنية بالفلافونويد، وهو مضاد للأكسدة فعال ضد الكوليسترول السيئ LDL، في تقليل مستوياته في الجسم. علمًا بأن ارتفاع مستوى هذا النوع من الكوليسترول يشكل مخاطر كبيرة على الجسم ويمكن أن يسبب أمراضاً خطيرة، مثل أمراض القلب والشرايين.

خفض ضغط الدم
يعاني العديد من الأشخاص، وخاصة كبار السن، من ارتفاع ضغط الدم المزمن وغير المسيطر عليه جيداً، يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب التي تهدد الحياة.

ولا يقتصر ضغط الدم المرتفع على فئة كبار السن، بل إن فئة الشباب يمكن أن تتأثر به. لتقليل هذه المخاطر، يمكن أن يكون تناول الرامبوتان مفيداً، حيث تحتوي هذه الفاكهة على معادن تساهم في الوقاية من أمراض القلبية، وتعمل كعلاج طبيعي.

تحسين الصحة الجلدية
تحتوي فاكهة الرامبوتان على البروتينات والمعادن الأساسية التي تُعزز تجديد الجلد عن طريق استبدال الخلايا الميتة بخلايا جديدة، مما يترك البشرة صحية ونعناعشة. كما تساهم في تقليل حب الشباب.

قد يكون لإدخال الرامبوتان إلى نظامك الغذائي أهمية كبيرة في الحفاظ على الصحة الجلدية. كما أن مستخلص أوراق الرامبوتان هو معزز طبيعي من أجل تقليل عمق التجاعيد وتوفير المرونة للبشرة. هذا العنصر النشط هو بديل طبيعي للريتينول دون أن يتسبب بأي نوع من الحساسية.

إقاص الوزن
فاكهة الرامبوتان منخفضة السعرات الحرارية، وتحتوي على ألياف عالية من الماء والألياف. هذا المزيج يمكن أن يمنع الإفراط في تناول الطعام ويجعلك تشعرين بالثبع لوقت أطول، مما قد يؤدي إلى خسارة الوزن مع الوقت.

خفض خطر الإصابة ببعض أنواع السرطان
أظهرت بعض الدراسات الخلوية والحيوانية أن المركبات الموجودة في فاكهة الرامبوتان قد تساعد في منع نمو وانتشار الخلايا السرطانية.

جديد الابتكارات.. لوحة مفاتيح ميكانيكية للكتاب ولتحرير النصوص

وتغيير مكان فقرة لأعلى أو أسفل، والتراجع عن الخطوات. وتضم لوحة المفاتيح أيضًا ثلاثة أزرار قابلة للتخصيص في الجانب الأيمن، ويمكن تخصيصها لأوامر مثل إدراج سطر تستخدمه بشكل متكرر، أو تشغيل تطبيقات الكتابة. وتحتوي لوحة مفاتيح «Freewrite» و«Wordrunner» كذلك على عصا تحكم صغيرة في الجزء العلوي الأيسر لاستخدامها في التحكم بالسائط. إضافة إلى هذا، تضم لوحة المفاتيح زوجًا من العدادات الكهرومغناطيسية ذات الشاشات الدوارة. أحدهما لعد الكلمات حتى تضغط على زر إعادة الضبط، والآخر يعمل كمؤقت للسرعة أو تتبع الإنتاجية. ويحتوي عداد الكلمات على ثمان مسافات، مما يسمح للمستخدم على الأرجح بعد ما يصل إلى ٩٩,٩٩٩,٩٩٩ كلمة. وتتميز لوحة مفاتيح «Freewrite» و«Wordrunner» بأنها تتصل بالهاتف، على عكس المنتجات الأخرى من شركة «Astrohaus» المتخصصة في تطوير لوحات مفاتيح بشاشات لتقليل وتعلق هذه المفاتيح بأوامر مثل البحث، والاستبدال

وكالات ترتبط لوحات المفاتيح الميكانيكية إلى حد كبير بألعاب الفيديو، لكن شركة «Astrohaus» طورت لوحة مفاتيح جديدة لغرض مختلف. ولوحات المفاتيح الميكانيكية هي تلك التي تستخدم مفاتيح ميكانيكية فردية أسفل كل مفتاح بدلاً من الجزء المطاطي المستخدم في لوحات المفاتيح التقليدية، من أجل السرعة في الأداء والراحة وغيرها من الميزات التي تجعلها مثالية للالعاب. وطورت شركة «Astrohaus» أول مرة لوحة مفاتيح ميكانيكية مُصممة خصيصًا للكتابة أثناء استخدام الحاسوب، بحسب تقرير موقع «ZDENT» المتخصصة في أخبار التكنولوجيا، أطلقت عليه «العربية Business». وتحتل لوحة المفاتيح اسم «Freewrite» و«Wordrunner»، وتتميز بأنها تحتوي على مفاتيح للسرعة وتحرير المستندات بدلاً من مفاتيح الوظائف في لوحات المفاتيح التقليدية. وتعلق هذه المفاتيح بأوامر مثل البحث، والاستبدال

هل باتت «إكس» منصة لشركة الذكاء الاصطناعي التابعة لـ «ماسك»؟



ويعتبر أنصار ماسك أن هذه تُعتبر ميزة استراتيجية عبقريّة، فيما يزعم المنتقدون أن العلاقات المقعدة بين مشروعاته يمكن أن تخلق تضارباً في المصالح، ونفس عملية المساءلة وتعرض الشركات لنقاط ضعف مشتركة. ونقل تقرير «The Verge» عن مصادر قولها إن العلاقة بين «إكس»، و«XAI»، مع وجود مستويات متفاوتة من التعاون بين فرق الخبايا. وفي حين يعتقد ماسك اجتماعات منفصلة مع مهندسي كل من «إكس» و«XAI»، لا يزال نطاق التعاون اليومي بين الشركتين غير واضح. واستعانت «XAI» لمدة ستة أشهر بـ«نيكيتا بير» الذي كان يرأس سابقاً قسم المنتجات في شركة ميتا، من أجل توجيه عملية إضافة ميزات الذكاء الاصطناعي على «إكس». لكن التوصل الذي تم جمعه لشركة «XAI» منقصل عما جُمع لمصنعي «إكس»، وهو ما يسلب الضوء على الاختلاف الصارخ في القيمة.

وعندما أطلق الملياردير الأميركي إيلون ماسك شركته الناشئة للذكاء الاصطناعي «XAI» كان لديه ميزة رئيسية عن منافسيه، وهي إمكانية الوصول إلى كم هائل من البيانات من منصة تويتر التي استحوذ عليها سابقاً. وبعدما سرعان ما غير ماسك اسم «تويتر» إلى «إكس»، ومنع شركات الذكاء الاصطناعي الأخرى من الوصول إلى نطاق الذكاء الاصطناعي الخاصة بشركته، وبدأ في استخدام الملايين من مستخدمي «إكس» في اختبار النتائج. ويستخدم ماسك هذا الأسلوب في إطلاق واختبار نماذج الذكاء الاصطناعي الخاصة بـ«XAI»، منذ إطلاق الشركة الأولى من «Grok»، وهو من نماذج اللغة الكبيرة، بحسب تقرير موقع «The Verge» المتخصصة في أخبار التكنولوجيا، أطلقت عليه «العربية Business». وأتاح «Grok» ميزات منها تلخيص القصص الشائعة، كما تم إطلاق روبوت الدردشة «Grok»، والذي كان متاحاً في البداية حصرياً لمستخدمي «إكس». ويبدو أن المصنعة تعمل على تطوير تحسينات بالذكاء الاصطناعي للمنشورات، بما في ذلك ميزة تسمح لـ «Grok»، بتعديل تغريدات المستخدم. إضافة إلى ذلك، يبدو أن روبوت الدردشة سيضيف أيضاً الاستعلامات المتعددة على الموقع، مما يتيح للمستخدم السؤال عن الإمكانات والأشياء القريبة منه، مثل محال البقالة.

سيطرة «XAI» تشير هذه التطورات إلى أن استيلاء شركة الذكاء الاصطناعي الناشئة «XAI» على منصة «إكس»، لا ليس فيه، خاصة مع وجود «Grok» من «XAI» في مكان بارز في شريط الأدوات الرئيسي بواجهة منصة «إكس». ربما تكون العلاقة بين «XAI» و«إكس» الأقرب والأكثر تعقيداً بين جميع شركات ماسك. ورسماً، فإن كل موظفي «XAI»، هم أيضاً موظفون في «إكس» لكن ليس العكس. ويعتمد الإيديولوجية وراء «XAI» على النظرة المستقبلية المبنية بشكل كبير على التكنولوجيا، بما في ذلك الذكاء الفائق مفتوح المصدر، وهيمنة تصاهي تلك الخاصة بـ«سيس إكس» في الفضاء. ولكن في مجال الذكاء الاصطناعي.

وتوفر منصة «إكس» لشركة «XAI» وسيلة للوصول الفوري لملايين المستخدمين، وهو أمر أكثر كفاءة من بناء قاعدة جماهير لـ«Grok» من الصفر. ولدى ماسك تاريخ معروف بإنشاء شركات متشابكة ومتراصة، فعلى سبيل المثال تنقسم شركتا «تسلا»، و«سبيس إكس» -التابعتان له- الخبرة الهندسية.

مشكلة في منه آيفون تثير

استياء المستخدمين

وتتكرر هذه الشكاوى بنحو خاص من المستخدمين الذين ما زالوا يستخدمون نظام iOS، لكنها زادت أيضاً في أجهزة مُحدّثة إلى نظام iOS ١٨. وحاول بعض المستخدمين تعطيل «المزايا المتبعية للانتباه Attention Awareness Features» في إعدادات أجهزة آيفون، وهي تخفض صوت المنبه إذا اكتشف الهاتف وجه المستخدم، لكن هذه المحاولة لم تحل المشكلة بنحو كامل، وأدت إلى فقدان مزايا أخرى مثل عرض الإشعارات الكاملة في شاشة القفل. وقد طلبت توضيحات من آبل حول استمرار هذه المشكلة، لكن لم يصدر عنها أي تعليق رسمي حتى الآن. وقد أشار بعض المستخدمين إلى جودهم إلى حلول بديلة، مثل ضبط المنبه في الهواتف الاحتياطية، أو تثبيت تطبيقات منه أخرى.

وكالات أفادت تقارير صحفية أخيرة بأن تطبيق المنبه في هواتف آيفون ما زال يعاني مشكلات تقير استياء المستخدمين منذ مدة طويلة. وكانت آبل قد أُخّدت في أبريل الماضي وجود مشكلات تتعلق بتطبيق المنبه الافتراضي المدمج في هواتف آيفون رداً على شكاوى سابقة من عملائها. ومع أنها أعلنت أنها تعمل على حل المشكلة، فإن الشكاوى ما زالت مستمرة حتى الآن. ومن الجدير بالذكر أن تلك المشكلة تؤثر في مواعيد المستخدمين اليومية، وقد تعرّضهم لمشكلات نتيجة عدم عمل المنبه بنحو صحيح. وأشار تقرير موقع «أندرويد أونوروتي» التقني نقلاً عن مستخدمين في منصة ريديت إلى عمل المنبه في أوقات خطأ غير التي ضبط عليها، أو انطفاقه في الأوقات المحددة دون إصدار أي صوت أو اهتزاز.

الذكاء الاصطناعي وتطوير الأدوية.. هل نحن على أعتاب ثورة في هذا المجال؟



على البشر في غضون ٣٠ شهراً فقط، مقارنة بالمدّة المتوقعة التي تتراوح بين ٣ و٦ سنوات. ويظهر هذا الإنجاز بوضوح إمكانات الذكاء الاصطناعي في تسريع عملية تطوير الأدوية وتقليل الوقت اللازم لطرح علاجات جديدة للمرضى. ومع ذلك؛ بينما تُظهر نماذج الذكاء الاصطناعي قدرة ملحوظة على تحديد المركبات الدوائية الواعدة بسرعة في البيئات المعملية المحكمة، أو مفرط في أقل الجوانب أهمية من العملية، والأمراض البشرية، يظل نجاح هذه المركبات في المراحل الحاسمة من التجارب السريرية، التي تُجرى على البشر، موضع شك كبير. إذ تُعدّ التجارب السريرية المرحلة التي تشهد فيها غالبية الأدوية الجديدة الفشل، إذ تظهر الآثار الجانبية غير المتوقعة أو عدم الفعالية المطلوبة. ويهزى هذا التحدي جزئياً إلى نقص البيانات المتاحة لتدريب نماذج الذكاء الاصطناعي في مجال تطوير الأدوية، إذ يعاني هذا المجال محدودية حجم البيانات وانخفاض جودتها، بعكس المجالات الأخرى، ويُعدّ إنشاء مجموعات بيانات شاملة ودقيقة حول تأثير ملايين أو مليارات المركبات الدوائية المحتملة في الخلايا أو الحيوانات أو البشر مهمة بالغة الصعوبة والتكلفة.

ومع أن نموذج (AlphaFold) يُعدّ إنجازاً هاماً في مجال التنبؤ بهيكل البروتينات، التي تُعدّ خطوة تقاسمية في فهم كيفية عمل الدواء، لكن دقته في تصميم أدوية فعالة لا تزال غير مؤكدة، لأن التغييرات الطفيفة جداً في التركيب الجزيئي للدواء، التي قد تبدو للوهلة الأولى ليست مهمة، يمكن أن تُحدث تغييراً كبيراً في كيفية تفاعل الدواء مع الجسم، ومن ثم تؤثر كلياً في فعاليته العلاجية وقدرته على علاج المرض المستهدف. نائياً؛ ما تحديات تطبيق الذكاء الاصطناعي في تطوير الأدوية؟

على غرار الذكاء الاصطناعي، شهدت الابتكارات السابقة في مجال تطوير الأدوية، مثل: تصميم الأدوية بمساعدة الحاسوب، ومشروع الجينوم البشري، وتقنيات الفحص العالي الإنتاجية، تحسينات ملحوظة في خطوات محددة من عملية التطوير على مدى الأربعين عاماً الماضية، ومع ذلك، لم يشهد معدل فشل الأدوية انخفاضاً يُذكر، مما يشير إلى أن المشكلة قد تكون أعمق من مجرد تحسين خطوات فردية في العملية. ويتعمق معظم الباحثين المتخصصين في الذكاء الاصطناعي بقدرة عالية على معالجة مهام محددة ضمن عملية تطوير الأدوية، خاصة عند تزويدهم ببيانات عالية الجودة وأسئلة بحثية واضحة ومحددة، ولكن غالباً ما يفقرو هؤالء الباحثون إلى فهم شامل للنطاق الكامل لعملية تطوير الأدوية المعقدة، مما يدفعهم إلى اختزال التحديات بمجرد مشكلات في تعرّف الأنماط وتحسين خطوات فردية في العملية. ومن ناحية أخرى، يفكر العديد من الباحثين ذوي الخبرة الطويلة في مجال تطوير الأدوية إلى التدريب والعرفنة اللازمة في مجالات الذكاء الاصطناعي والتعلم الآلي، وتشكل هذه الفجوة المعرفية حواجز تواصل فعالة تعيق التعاون

ويغير استخدام الذكاء الاصطناعي في مجال تطوير الأدوية جدلاً واسعاً بين مختلف الأطراف المعنية، من علماء وباحثين ومستثمرين وجمهور عام، ويتأرجح هذا الجدل بين التفاؤل الحذر والتشكك العميق. إذ يتبنى بعض الباحثين والشركات وجهة نظر طموحة ترى في الذكاء الاصطناعي قوة دافعة لتحويل مسار صناعة الأدوية، مشيرين إلى الزيادة الكبيرة في الأبحاث والاستثمارات في هذا المجال خلال السنوات الأخيرة. ويُعدّ نجاح نماذج مثل (AlphaFold) الذي طوره جوجل، والذي حاز على جائزة نوبل في الكيمياء لعام ٢٠٢٤ لقدرته على التنبؤ بهيكل البروتينات وتصميم بروتينات جديدة، دليلاً قوياً على إمكانات الذكاء الاصطناعي في تسريع وتيرة تطوير الأدوية.

ومع ذلك، حذر بعض الخبراء المخضرمين في صناعة الأدوية من المغالعة في تقدير إمكانات الذكاء الاصطناعي، إذ يصف هؤلاء استخدام الذكاء الاصطناعي في اكتشاف الأدوية بأنه (هراء)، ويطلقون بإجراء فحص واقعي لإمكاناته في تسريع اكتشاف الأدوية. ويستند هذا التشكك إلى حقيقة أن الأدوية التي طُورت باستخدام الذكاء الاصطناعي لم تثبت حتى الآن قدرتها على خفض معدل الفشل المرتفع للأدوية الجديدة في التجارب السريرية، الذي تبلغ نسبته ٩٠٪، ويقارن هؤلاء بين نجاح الذكاء الاصطناعي في مجالات أخرى، مثل تحليل الصور، وتأثيره غير الواضح حتى الآن في تطوير الأدوية، مما يثير تساؤلات حول مدى فعاليته في هذا المجال المعقد.

ولكن من منظور أكثر توازناً، يرى بعض الخبراء، ومن بينهم الدكتور دوكسين صن، العميد المساعد للأبحاث، وأستاذ العلوم الصيدلانية في كلية الصيدلة في جامعة ميشيغان، والدكتور كريستيان مقدونيا، الأستاذ المساعد للعلوم الصيدلانية في كلية الصيدلة في جامعة ميشيغان، و مدير برنامج وكالة مشاريع الأبحاث الدفاعية المتقدمة (DARPA) السابق، أن الذكاء الاصطناعي لم يغير قواعد اللعبة بشكل كامل حتى الآن، ولكنه في الوقت نفسه ليس مجرد هراء أو عوداً زائفة.

ويشدد هؤلاء على أنه يجب فهم الذكاء الاصطناعي على أنه أداة قوية، وليست عصا سحرية أو صندوقاً أسود يمكنه تحويل أي فكرة إلى دواء ناجح، بل هو أداة تحليلية متطورة عند استخدامها بحكمة وكفاءة، يمكن أن تساعد في معالجة بعض الأسباب الجذرية لفشل الأدوية في المراحل المختلفة.

ويتبلل الهدف الرئيسي لمعظم الأعمال التي تستخدم الذكاء الاصطناعي في تطوير الأدوية في تقليل الوقت والتكلفة الباهظة اللازمة لطرح دواء واحد في السوق، إذ تشير التقديرات الحالية إلى أن عملية تطوير دواء جديد تستغرق مدة تتراوح بين ١٠ سنوات و١٥ سنة، وتتراوح تكلفتها بين مليار ومليار دولار أمريكي، وتشكل هذه التكلفة والمدة الزمنية الطويلة تحدياً كبيراً أمام شركات الأدوية، كما تؤثر في سرعة توفر علاجات جديدة للمرضى.

لذلك السؤال المطروح هو: هل يمكن للذكاء الاصطناعي أن يحدث ثورة حقيقية في تطوير الأدوية ويحسن من معدلات النجاح بنحو كبير؟ أولاً: تطبيقات الذكاء الاصطناعي في تطوير الأدوية: يطبق الباحثون الذكاء الاصطناعي والتعلم الآلي في جميع مراحل عملية تطوير الأدوية، بدءاً من تحديد الأهداف الدوائية في الجسم، وفحص المركبات الدوائية المحتملة، وتصميم جزيئات الدواء، والتنبؤ بالسمية، ووصولاً إلى اختيار المرضى الذين قد يستجيبون بشكل أفضل للأدوية في التجارب السريرية.

وقد شهدنا بالفعل بعض النجاحات الملموسة في استخدام الذكاء الاصطناعي لتسريع تطوير الأدوية، خلال المدة الممتدة من عام ٢٠١٠ إلى عام ٢٠٢٢، تمكنت ٢٠ شركة ناشئة متخصصة في الذكاء الاصطناعي من اكتشاف ١٥٨ مركباً دوائياً محتملاً، وصل ١٥ منها إلى مرحلة التجارب السريرية.

وأهم من ذلك، تمكنت بعض هذه المركبات من إكمال الاختبارات ما قبل السريرية والانتقال إلى التجارب وتعمل منصة واتساب الشهيرة، المملوكة لشركة ميتا، على اختبار التصميم جديد تخصص مساحة بارزة لمجموعة من روبوتات الذكاء الاصطناعي للمستخدمين. ويظهر هذا التحديث في النسخة التجريبية الأخيرة من التطبيق المخصص لنظام أندرويد، وهو يضيف تويباً جديداً مخصصاً للذكاء الاصطناعي إلى الشاشة الرئيسية للتطبيق باسم «AIs». ويضم التويب الجديد قائمة بروبوتات الذكاء الاصطناعي التي تعبر عن أكثر الشخصيات شيوعاً لبدء الدردشة معها، بالإضافة إلى روبوتات أخرى مرتبة حسب الموضوعات، كما يشمل التحديث الجديد تقديم مزايا مدعومة بالذكاء الاصطناعي، مثل إنشاء الصور والمصفاة، وأداة بحث تعتمد على روبوت ميتا الذكي Meta AI. ومع أن هذه الأدوات ليست جديدة كلياً في واتساب، فإنها متاحة فقط في بعض الدول بعدد محدود من اللغات، ويصل المستخدمون حالياً إلى روبوتات ميتا

واتساب تختبر تويباً جديداً مخصصاً للذكاء الاصطناعي



الذكية من خلال تويب «الدردشات» الأساسي، ولكن التصميم الجديد يمنحها مزيداً من الأهمية. ومن المزايا الأخرى التي تختبرها ميتا أيضاً إمكانية إنشاء شخصيات ذكاء اصطناعي مخصصة مباشرة عبر التطبيق، وقد كانت تلك الميزة متوفرة فقط عبر قسم AI Studio في إنستغرام. ويحل تويب الذكاء الاصطناعي الجديد محل تويب «المجموعات» دون إلغاءه، إذ قل إلى تويب «الدردشات». ويتوفر الإصدار التجريبي الحالي من واتساب عبر متجر جوجل بلاي، ولكن لا يمكن للمستخدمين تحميله في الوقت الحالي. ولم تعلن المنصة بعد موعد إطلاق التويب الجديد بنحو رسمي، ويرجح أن يظل مقصوراً على الدول التي تتوفر فيها مزايا الذكاء الاصطناعي، كما يتوقع تطبيق التغييرات نفسها في تطبيق واتساب في هواتف آيفون. وتهدف ميتا من هذه الخطوة إلى تشجيع المستخدمين على التواصل مع روبوتها الذكي Meta AI، ويصل المستخدمون حالياً إلى روبوتات ميتا

أبل تستقر على إطلاق آيفون 17 آير هذا العام



وأشار التقرير إلى أن الجهاز قد يكون من المنتجات الأولى التي ستضم مودم الاتصال الخلوي المطور داخلياً في آبل، الذي يحمل الاسم الرمزي "Sinope"، والذي سيظهر لأول مرة في هاتف iPhone SE المتوقع إطلاقه هذا الربيع. ويُتوقع أن تضم هواتف آيفون لهذا العام رقاقات آبل الخاصة بالاتصال بشبكات الواي فاي والبلوتوث. ومن المتوقع أن يأتي الهاتف بشاشة ProMotion OLED قياسها ٦.٦ إنشات، وهي شاشة بمعدل تحديث متغير قدره ١٢٠ هرتز، وقد كانت متاحة بنحو حصري لإصدارات آيفون برو. ومن المتوقع أن يأتي الهاتف بكاميرا خلفية واحدة بدقة قدرها ٤٨ ميجابكسل، مع كاميرا أمامية بدقة قدرها ٢٤ ميجابكسل، ومعالج A١٩، و ٨ جيجابايت من الذاكرة العشوائية لدعم مزايا الذكاء الاصطناعي من آبل. وفي حال صحة الشائعات، فإن آيفون ١٧ آير لن يكون مجرد هاتف نحيف، بل سيجتمع بين الأداء القوي والابتكارات التقنية، مما يجعله نقطة انطلاق آبل نحو تطوير تقنيات قابلة للطى في المستقبل.

وكالات

أفادت وكالة بلومبرغ الأمريكية بأن آبل قد استقرت على إطلاق هاتف آيفون جديد باسم "آيفون ١٧ آير" في خريف العام الجاري، ويُتوقع أن يقدم الجهاز تصميمًا نحيفًا للغاية، وأن يكون أشبه "بجمل اختيار" لتقنيات آبل المستقبلية، ومنها التقنيات التي قد تقود إلى أولى أجهزة الشركة القابلة للطى. ومن الجدير بالذكر أن اسم "آير" ليس جديدًا في منتجات آبل، إذ استخدمته الشركة سابقًا لتقديم أنحف إصدارات من أجهزة ماك بوك وآيباد، ويُتوقع أن يواصل هاتف آيفون ١٧ آير هذا النهج من خلال تصميمه الذي سيكون "أنحف بنحو ٢ ملم" مقارنة بهواتف آيفون الحالية. ومن المتوقع أن يتراوح سمك الهاتف بين ٥.٥ ملم و ٦.٢٥ ملم، مما يجعله قريبًا جدًا من سمك جهاز iPad Pro M٤، وأقل سمكًا من أنحف آيفون سابق، وهو آيفون ١٦. واستعراض، بل هو خطوة ضرورية نحو تطوير أجهزة آبل القابلة للطى، مثل أجهزة آيباد وآيفون المستقبلية.

كيف سيغير الذكاء الاصطناعي

مجال الأمن السيبراني في عام 2025؟



تصدي احتيالي دقيقة، وتطوير برامج ضارة متقدمة، واكتشاف نقاط ضعف الأنظمة بسرعة غير مسبوقة. على سبيل المثال: ستستخدم تقنيات الذكاء الاصطناعي والهجمات السيبرانية المدعومة بالذكاء الاصطناعي، وقد تسببت هذه التهديدات بجسائر بمليارات الدولارات. ومع بداية عام ٢٠٢٥، يتزايد تعقيد التهديدات السيبرانية بسبب تطور الذكاء الاصطناعي وطرق تنظيم الهجمات السيبرانية. يتوقع خبراء الأمن السيبراني أن يكون هذا العام الأصعب حتى الآن في الدفاع الإلكتروني، مع اعتماد المهاجمين أدوات وإستراتيجيات متطورة ومدعومة بالذكاء الاصطناعي. وبناءً على المعلومات المتعلقة بالتهديدات الحالية وأنماط الهجوم الناشئة، سنذكر فيما يلي أبرز التوقعات عن الطرق التي سيؤثر من خلالها الذكاء الاصطناعي في مجال الأمن السيبراني في عام ٢٠٢٥:

برامج الفدية ستدمر البيانات وتتلاعب بها: لم تعد هجمات الفدية مقصورة على الابتزاز، بل أصبحت أداة لتدمير الأنظمة. فقد تطورت هجمات الفدية من مجرد تشفير البيانات إلى التأثير في سلامة البيانات والتلاعب بها. وتؤكد الإحصاءات الخاصة بوكالة الأمن السيبراني وأمن البنية التحتية (CISA) التطور المتزايد لطوري برامج الفدية الذين يستفيدون من الذكاء الاصطناعي والأنظمة لشن هجمات أسرع وأكثر استهدافًا. وهذا التطور قد يؤدي إلى هجمات تُفسد قواعد بيانات حساسة، أو تُعدل سجلات مالية، أو تُعطّل عمليات صناعات بأكملها. على سبيل المثال: يمكن أن يؤدي التلاعب في السجلات الطبية في مستشفى أو البيانات المالية في بنك عالمي إلى خسائر فادحة، وقد يهدد حياة أو عمل العديد من الأشخاص ويقلل الثقة بالمؤسسات.

ما الذي يمكن للمنظمات فعله؟

التعاون مع وكالات حكومية لتحديد نقاط الضعف ومعالجتها.

الاستثمار في أدوات المراقبة المستمرة المتطورة لاكتشاف التهديدات لحظياً.

زيادة فجوة المهارات في الأمن السيبراني:

يواجه مجال الأمن السيبراني نقصاً كبيراً في المواهب، ومن المتوقع أن يزيد عدد الوظائف الشاغرة في هذا المجال عالمياً خلال عام ٢٠٢٥، فقد تجاوز ٣.٤ ملايين في عام ٢٠٢٤.

ما الذي يمكن للمنظمات فعله؟

الاستثمار في برامج التدريب والإرشاد لتطوير المواهب الداخلية.

التعاون مع الجامعات ومعسكرات البرمجة لتوظيف المواهب القوية.

الخاتمة: مع أن تحديات الأمن السيبراني لعام ٢٠٢٥ تبدو كبيرة، فإن المنظمات يمكنها التعامل معها باستخدام نهج حماية يجمع بين الحلول التكنولوجية والخبرة البشرية للدفاع عن أنظمتها ضد التهديدات السيبرانية.

وكالات

شهد عام ٢٠٢٤ تغييرات كبيرة في مجال الأمن السيبراني، فقد زادت هجمات الفدية المدمرة، والتصدي الاحتياطي، والهجمات السيبرانية المدعومة من الدول، وقد تسببت هذه التهديدات بجسائر بمليارات الدولارات. ومع بداية عام ٢٠٢٥، يتزايد تعقيد التهديدات السيبرانية بسبب تطور الذكاء الاصطناعي وطرق تنظيم الهجمات السيبرانية. يتوقع خبراء الأمن السيبراني أن يكون هذا العام الأصعب حتى الآن في الدفاع الإلكتروني، مع اعتماد المهاجمين أدوات وإستراتيجيات متطورة ومدعومة بالذكاء الاصطناعي. وبناءً على المعلومات المتعلقة بالتهديدات الحالية وأنماط الهجوم الناشئة، سنذكر فيما يلي أبرز التوقعات عن الطرق التي سيؤثر من خلالها الذكاء الاصطناعي في مجال الأمن السيبراني في عام ٢٠٢٥:

برامج الفدية ستدمر البيانات وتتلاعب بها: لم تعد هجمات الفدية مقصورة على الابتزاز، بل أصبحت أداة لتدمير الأنظمة. فقد تطورت هجمات الفدية من مجرد تشفير البيانات إلى التأثير في سلامة البيانات والتلاعب بها. وتؤكد الإحصاءات الخاصة بوكالة الأمن السيبراني وأمن البنية التحتية (CISA) التطور المتزايد لطوري برامج الفدية الذين يستفيدون من الذكاء الاصطناعي والأنظمة لشن هجمات أسرع وأكثر استهدافًا. وهذا التطور قد يؤدي إلى هجمات تُفسد قواعد بيانات حساسة، أو تُعدل سجلات مالية، أو تُعطّل عمليات صناعات بأكملها. على سبيل المثال: يمكن أن يؤدي التلاعب في السجلات الطبية في مستشفى أو البيانات المالية في بنك عالمي إلى خسائر فادحة، وقد يهدد حياة أو عمل العديد من الأشخاص ويقلل الثقة بالمؤسسات.

ما الذي يمكن للمنظمات فعله؟

التعاون مع وكالات حكومية لتحديد نقاط الضعف ومعالجتها.

الاستثمار في أدوات المراقبة المستمرة المتطورة لاكتشاف التهديدات لحظياً.

زيادة فجوة المهارات في الأمن السيبراني:

يواجه مجال الأمن السيبراني نقصاً كبيراً في المواهب، ومن المتوقع أن يزيد عدد الوظائف الشاغرة في هذا المجال عالمياً خلال عام ٢٠٢٥، فقد تجاوز ٣.٤ ملايين في عام ٢٠٢٤.

ما الذي يمكن للمنظمات فعله؟

الاستثمار في برامج التدريب والإرشاد لتطوير المواهب الداخلية.

التعاون مع الجامعات ومعسكرات البرمجة لتوظيف المواهب القوية.

الخاتمة: مع أن تحديات الأمن السيبراني لعام ٢٠٢٥ تبدو كبيرة، فإن المنظمات يمكنها التعامل معها باستخدام نهج حماية يجمع بين الحلول التكنولوجية والخبرة البشرية للدفاع عن أنظمتها ضد التهديدات السيبرانية.

وكالات

«واتساب» يطور «ويدجت»

لتسهيل الوصول لـ «Meta AI»

وكالات
يعمل تطبيق المراسلة «واتساب» المملوك لشركة ميتا، على تطوير «ويدجت» أو تطبيق مصغر لواجهة شاشة الهاتف مخصص للوصول إلى المساعد الذكي «Meta AI» من «ميتا».

وستوفر هذه الميزة طريقة سهلة ومباشرة لبدء محادثة مع «Meta AI» مباشرة من واجهة الشاشة الرئيسية للهاتف.

وسيجن هذا الويدجت اختياريًا كليًا، وسيُدرج ضمن قائمة التطبيقات المصغرة لواجهة الهاتف التي يتيحها «واتساب»، بحسب ما أورده موقع «WABetaInfo» المتخصص في تحديثات تطبيق «واتساب».

وتهدف هذه الميزة إلى التسهيل على المستخدمين، حيث لن يكونوا مضطرين إلى فتح تطبيق «واتساب» والتنقل عبر واجهته للوصول إلى «Meta AI».

وسيمكن الويدجت المستخدمين من التقاط صورة على الفور ومشاركتها مع «Meta AI»، مما سيُتيح لهم توجيه طلبات من المساعد الذكي حولها، بما في ذلك تحرير الصورة أو شرح محتوياتها أو الإجابة عن أي أسئلة تتعلق بها. وستكون هذه الميزة متوفرة فقط لمستخدمي «واتساب» الذين لديهم بالفعل إمكانية للوصول إلى المحدثات المدعومة بالذكاء الاصطناعي، التي تتوفر حاليًا في بلدان محددة فقط.

وتماشى هذه الخطوة مع التوجه الأخير لـ «واتساب» الهاتف لزيادة تفاعل مستخدميها مع الذكاء الاصطناعي.

وأشارت أخبار حديثة إلى أن التطبيق يعمل على تطوير تصميم جديد لواجهة يضم علامة تبويب مخصصة لروبوتات دردشة المدعومة بالذكاء الاصطناعي. ولا تزال ميزة الويدجت المخصص للمساعد الذكي «Meta AI» تخضع للتطوير، ومن المتوقع أن يطرحها «واتساب» للمستخدمين في تحديث مستقبلي للتطبيق.

5 اتجاهات للذكاء الاصطناعي

يجب الانتباه إليها في عام 2025

وكالات
بمسار تطور الذكاء الاصطناعي بوتيرة غير مسبوقة، ليصبح المحرك الأساسي للتحول الرقمي الذي تشهده الشركات حول العالم.

ومع دخول عام ٢٠٢٥، يتجه الذكاء الاصطناعي التوليدي نحو ترسيخ مكانته كمحفز رئيسي للنمو والابتكار.

وسلط تقرير نشرته فوربس، الضوء على خمسة اتجاهات واعدة من المتوقع أن تعيد تشكيل مشهد التكنولوجيا والأعمال.

١. التطبيقات التي تضع الذكاء الاصطناعي في قلب التصميم
لم يعد الذكاء الاصطناعي مجرد ميزة تكميلية، بل تحول إلى عنصر محوري في تصميم التطبيقات.

في ٢٠٢٥، ستعتمد التطبيقات على الذكاء الاصطناعي كأساس، ما يمكنها من تقديم تجارب أنقى وأكثر تفاعلية.

على سبيل المثال، منصات البرمجة مثل Windsurf و Cursor تتجاوز الأدوات التقليدية بدمج توليد التعليمات البرمجية ضمن سير العمل الأصلي.

٢. مفهوم «الخدمة كبرنامج» يغير قواعد اللعبة
يتجاوز الذكاء الاصطناعي دوره التقليدي في تقديم البيانات، ليصبح شريكاً في تنفيذ المهام.

وكلاء الذكاء الاصطناعي، مثل Agentforce من Salesforce، يقدمون خدمات عملية من خلال معالجة البيانات واتخاذ القرارات تلقائياً.

هذا التوجه يعيد صياغة نماذج الأعمال، حيث يدفع العملاء مقابل النتائج المحققة بدلاً من الاشتراكات التقليدية.

٣. التفاعل الصوتي
التطورات في التفاعل الصوتي ستجعل وكلاء الذكاء الاصطناعي أكثر قرباً من المستخدمين.

في ٢٠٢٥، سيتمكن هؤلاء الوكلاء من فهم الأوامر الصوتية وتنفيذها بسهولة، ما يلغي الحاجة إلى واجهات نصية معقدة.

تخيل مندوب مبيعات يوجه وكيل ذكاء اصطناعي لإعداد عرض مبيعات مخصص عبر التعليمات الصوتية فقط!

٤. واجهات المستخدم التوليدية
تخطو واجهات المستخدم خطوات نوعية نحو الديناميكية والتكيف مع احتياجات المستخدمين في الوقت الفعلي.

منصات مثل Vercel تقود هذا التحول، مما يمكن التطبيقات من إنشاء نماذج ولوحات معلومات مخصصة لتسهيل سير العمل وزيادة المشاركة.

٥. نهاية التوليد المعزز بالاسترجاع
بدلاً من استخدام الذكاء الاصطناعي كمساعد خارجي يعتمد على استرجاع البيانات، سيهدد المستقبل وكلاء مدمجين يعمق في أنظمة المؤسسة.

هؤلاء الوكلاء سيكُونون قادرين على الوصول إلى البيانات الداخلية وتنفيذ المهام تلقائياً، مما يفتح آفاقاً جديدة لتحسين الأداء المؤسسي.

فرص وتحديات

هذه الاتجاهات ليست مجرد تغييرات تقنية، بل هي تحول شامل في كيفية عمل المؤسسات وتفاعلها مع التكنولوجيا.

وعلى الرغم من الفرص الواعدة، ستواجه المؤسسات تحديات تتعلق بالأمن، والخصوصية، وتطوير المهارات.

لكن التعامل الاستباقي مع هذه الاتجاهات سيضمن مكانة ريادية في عصر تقوده تقنيات الذكاء الاصطناعي. هل مؤسستك مستعدة لهذا التغيير الكبير؟

نظارة بالذكاء الاصطناعي لتسهيل

العمليات الجراحية والترجمة الفورية

وكالات
كشفت شركة Vuzix Corporation، الرائدة في مجال النظارات الذكية وتكنولوجيا الواقع المعزز (AR)، عن أحدث ابتكاراتها في معرض CES ٢٠٢٥ في لاس فيغاس.

وطرحت Vuzik منصتي Ultralite Pro و Ultralite Audio OEM المدعومتين بالذكاء الاصطناعي، وهما تصميمان رائدان للنظارات الذكية تم تطويرهما بالتعاون مع Quanta Computer.

وقال ممثل عن الشركة: "نحن نصنع نظارات ذكية، والحقيقة أن تخصصنا يكمن في الموجهات الموجهة التي تجعل النظارات الذكية تعمل بالفعل، لذا فهي تلتقط الصور وتقدمها مباشرة إلى عينيك من خلال قطعة شفافة من الزجاج، وبالتالي يمكن استخدام الترجمة التوضيحية في حالات استخدام مختلفة، إذا كنت تعاني من ضعف السمع، وإذا أردت التحدث بلغات مختلفة".

وأضاف: "في تطبيق مثير للاهتمام، يبدو أن النظارات الذكية كهدية تحدث ضجة في المجال الطبي أيضاً، حيث يتم استخدامها كل يوم في جراحات الرئة، لتكون قادرة على محاذاة النبائيس في ركنيت قبل حقنها بالفعل لاستبدال الرئة، ويساعد ذلك الأطباء على تحسين معدل التعافي بشكل كبير في جراحات الرئة، مقارنة بعمليات الرئة التقليدية".

بالإضافة إلى منصات النظارات الذكية، تعرض Vuzix تقنيات الموجات المتطورة المصممة للتطبيقات التي تعتمد على الذكاء الاصطناعي.



كيف يمكنك معرفة

من زار حساب «فيسبوك»؟



وتوفر المنصة أيضاً مجموعة من الأدوات التحليلية لحسابات الأعمال والصفحات العامة، وهي الحسابات التي تستهدف الوصول إلى أكثر من مجرد قائمة الأصدقاء، ولكن توفر هذه الأدوات نظرة عامة على أداء الصفحات والحسابات المختلفة من ناحية الجمهور، وذلك لأغراض التسويق المختلفة.

تكشف أدوات التحليلات من «فيسبوك» عن تفاصيل عامة متعلقة بالجمهور، كنسبة الذكور للإناث ونوعية الجمهور الذي يتابع الصفحة والأوقات التي يتفاعل بها هذا الجمهور مع الصفحة، لذا لا يمكن استخدامها لمعرفة إن قام شخص بعينه بزيارة الصفحة أم لا، كما أنها لا تكشف عن التحليلات بشكل فوري، فعادة ما تستغرق عدة أسابيع للكشف عن النتائج والإحصاءات.

أدوات خارجية للوصول إلى الإحصاءات
إذا كنت تعمل في مجال التسويق الرقمي أو ترغب في متابعة أداء حساباتك العامة بشكل أكثر دقة، فإن هناك العديد من الأدوات الخارجية التي توفر لك هذه الخاصية وتقوم بعرض العديد من التفاصيل حول جمهور حسابك. في مقدمة هذه التطبيقات يأتي «ويب تريندز» (WebTrends)، وهو تطبيق يعرض لك الكثير من التفاصيل المتعلقة بالجمهور الذي يتابعك مثل أوقات التفاعل وأماكن الإقامة ونوع الهاتف الذي يستخدمونه والصفحات التي يتفاعلون معها بشكل مكثف أيضاً، كما يمكنك استخدام أداة «غوغل أناليتك» (Google Analytics)، ورغم أنها أداة من «غوغل» مخصصة لتابعة المواقع وأدائها في محركات البحث، فإنه عبر المهارات التقنية اللازمة، يمكنك ربط هذه الأداة مباشرة مع حساب «فيسبوك» والحصول على نتائج أكثر دقة من بقية الأدوات المنافسة.

لماذا تظهر تطبيقات اكتشاف من زار حسابك في «فيسبوك»؟
يدرك جميع المطورين أن «فيسبوك» تمنع تتبع زيارات الحساب الشخصي ونشاط المستخدم، ورغم هذا تظهر العديد من التطبيقات التي تدعي قدرتها على القيام بذلك، وفي بعض الأحيان تقدم نتائج قد تبدو واقعية لحد كبير. ولكن هذه التطبيقات تعتمد على آلية معرفة من تفاعل مع حسابك الشخصي ثم تقديم قائمة وهمية لمن قام بزيارة حسابك، وعندما تجد أن بعض الأسماء المألوفة لك التي قامت بالتفاعل مع حسابك تظهر في هذه القائمة، فإنك تعتقد أنها قائمة حقيقية. وهناك العديد من التطبيقات التي حاولت القيام بذلك، وربما كان أشهرها «بريك أب نوتيفاير» (Breakup Notifier) الذي ادعى قدرته على تنبيه المستخدمين عند تغير الحالة العاطفية لأصدقائهم، وفي ٣٦ ساعة، تمكن التطبيق من جمع ٧٠٠ ألف زيارة وأكثر من ٣.٦ ملايين مشترك. وقبل أن يمر أسبوع، قام «فيسبوك» بإغلاق التطبيق ومقاضاة مطوريه، وذلك لأن التطبيق يخترق خصوصية المستخدمين ويبيس عمل المتابعين، وهو ما يعد جريمة «فيسبوك» وشروط الحصول على الوصول إلى أن القصص مثل هذه التطبيقات أمراً مستبعداً.

جوجل تحذر من برمجيات خبيثة

تستهدف تطبيقات VPN الشهيرة



وكالات
حذرت شركة جوجل من تهديد أمني جديد في شكل تطبيقات VPN مزيفة تضم برمجيات خبيثة، وهي تستخدم آليات للتلاعب بنتائج البحث لإقناع المستخدمين بتثبيت تلك التطبيقات.

يرصد فريق Managed Defense، وهو أحد فرق الأمان في الشركة، طريقة جديدة تعتمد على خداع المستخدمين لتثبيت تطبيقات VPN من مواقع وهمية تزعم أنها رسمية، وتمنح هذه التطبيقات - التي تضم برمجيات خبيثة - المهاجمين صلاحيات للتحكم من بُعد في أجهزة الضحايا.

ويستخدم المهاجمون تقنية تُعرف باسم «Poisoning»، إذ يُلجؤون إلى التلاعب بنتائج محركات البحث لتظهر المواقع الضارة في أعلى الترتيب، مما يجعل المستخدمين يعتقدون أنها مواقع موثوقة.

وتُعرف البرمجية باسم Playfulghost، وهي نسخة متطورة من أداة التحكم من بُعد Gh-st RAT التي ظهرت لأول مرة عام ٢٠٠٨، وتمتلك Playfulghost نمطا فريداً من التشفير يجعلها أداة مميزة من سابقتها.

وتتيح Playfulghost للمهاجمين العديد من خيارات التحكم في أجهزة الضحايا، ومنها إدارة الملفات وفتحها وحذفها، والتجسس عبر تسجيل ما يُكتب عبر لوحة المفاتيح، والتقاط لقطات شاشة، وحتى تسجيل الصوت، وإرسال البيانات من الأجهزة المخترقة إلى خوادم خارجية يديرها المهاجمون.

وإلى جانب التلاعب بنتائج البحث، يلجأ المهاجمون إلى أساليب تقليدية مثل التصيد الإلكتروني عبر إرسال رسائل بريدية تحتوي على روابط مواقع ضارة، والملفات المؤمّهة بإخفاء البرمجيات الخبيثة فيها لتبدو كصور عادية على سبيل المثال.

وللحفاظ على أمانك عند تثبيت التطبيقات، توصي جوجل بتجنب الاعتماد على نتائج البحث فقط لتحديد موثوقية الموقع، والتحقق من الموقع الرسمي للبرنامج عبر كتابة عنوانه يدوياً في المتصفح، وتوخي الحذر عند فتح الملفات المرسله من مصادر غير موثوقة.

وتظهر هذه الهجمات الإلكترونية أهمية الوعي الرقمي، وعدم الثقة العمياء بترتيب المواقع في نتائج محركات البحث.

وكالات
حذرت شركة جوجل من تهديد أمني جديد في شكل تطبيقات VPN مزيفة تضم برمجيات خبيثة، وهي تستخدم آليات للتلاعب بنتائج البحث لإقناع المستخدمين بتثبيت تلك التطبيقات.

يرصد فريق Managed Defense، وهو أحد فرق الأمان في الشركة، طريقة جديدة تعتمد على خداع المستخدمين لتثبيت تطبيقات VPN من مواقع وهمية تزعم أنها رسمية، وتمنح هذه التطبيقات - التي تضم برمجيات خبيثة - المهاجمين صلاحيات للتحكم من بُعد في أجهزة الضحايا.

ويستخدم المهاجمون تقنية تُعرف باسم «Poisoning»، إذ يُلجؤون إلى التلاعب بنتائج محركات البحث لتظهر المواقع الضارة في أعلى الترتيب، مما يجعل المستخدمين يعتقدون أنها مواقع موثوقة.

وتُعرف البرمجية باسم Playfulghost، وهي نسخة متطورة من أداة التحكم من بُعد Gh-st RAT التي ظهرت لأول مرة عام ٢٠٠٨، وتمتلك Playfulghost نمطا فريداً من التشفير يجعلها أداة مميزة من سابقتها.

وزيرة التنمية الاجتماعية تتفقد مركز الطفيلة للرعاية والتأهيل

الطفيلة
اطلعت وزيرة التنمية الاجتماعية وفاء بني مصطفى، الأربعاء، على واقع خدمات مركز الطفيلة للرعاية والتأهيل المقدمة للأشخاص ذوي الإعاقة. وأكدت خلال زيارتها للمركز، ضرورة توفير أفضل الخدمات للمتفقد من الأشخاص ذوي الإعاقة، مشيرة إلى أن الزيارة تأتي في إطار نهج الوزارة في الوقوف على مستوى وواقع الخدمات المقدمة في دور الرعاية التابعة للوزارة. وجالت بني مصطفى في مرافق المركز، واستمعت إلى احتياجات وملاحظات المتفقد من خدمات المركز.

يشار إلى أن المركز يقدم خدمات الرعاية الإيوائية للأشخاص ذوي الإعاقة، وخدمات التوجيه والإرشاد الأسري لأهالي المتفقد، وينفذ برامج التدريب المهني لتعليم الأعمال اليدوية البسيطة لتتناسب مع قدرات الأشخاص من درجة الإعاقة البسيطة والمتوسطة، وكذلك خدمات العلاج الطبيعي للمتفقد ومدتهم في المجتمع المحلي.

افتتاح محطة شحن سيارات كهربائية في عجلون

عجلون
افتتح المدير التنفيذي للمؤسسة الأردنية لتطوير المشاريع الاقتصادية "جيدكو" عبد الفتاح الكايد، الأربعاء، محطة شمالي عجلون لشحن السيارات الكهربائية. وأكد الكايد أن هذا المشروع يأتي ضمن برامج الدعم الفني والمالي التي قدمتها المؤسسة خلال عام ٢٠٢٤، لتعزيز البنية التحتية لدعم التحول نحو الطاقة النظيفة في المملكة، مشيراً إلى أن المحطة تعد الثانية من نوعها في مدينة عجلون ما يسهم في توفير خدمات شحن السيارات الكهربائية، وتشجيع المواطنين على استخدام وسائل النقل المستدامة.

وقال إن المؤسسة تسعى دائماً إلى دعم المشاريع الريادية والابتكارية، لا سيما تلك التي تعزز التنمية الاقتصادية في المحافظات، وتسهم في تحسين الخدمات المقدمة للمواطنين.

يشار إلى أن محطة شمال عجلون لشحن السيارات الكهربائية تم إنشاؤها بتقنيات حديثة وتستهدف تغطية احتياجات مالكي السيارات الكهربائية في المحافظة والمناطق المجاورة، ما يسهم في تقليل الانبعاثات الكربونية، ودعم التحول نحو مستقبل بيئي مستدام.

"إيميرالد" تختار أردنيا ضمن أفضل الباحثين في الشرق الأوسط وأفريقيا

إربد
فاز الدكتور مناف موفق العقيلي من قسم المحاسبة بجامعة جدارا بجائزة "أفضل باحث" في منطقة الشرق الأوسط وأفريقيا لعام ٢٠٢٤. وبحسب بيان للجامعة الأردنية، بعد تقديم العقيلي ضمن أفضل ١٠ باحثين في النشر بمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وفقاً لدار النشر العالمية إيميرالد. ويعمل العقيلي استاذاً مشاركاً في المحاسبة الرقمية (أنظمة المعلومات المحاسبية)، ونشر أكثر من ١٥٠ بحثاً في مجال تخصصه في مجلات علمية مرموقة ذات تصنيف عالمي.

يشار إلى أن الدكتور العقيلي جرى اختياره سابقاً من بين أفضل ٢ بالمئة من العلماء والباحثين المؤثرين على مستوى العالم، وفقاً لدراسة صادرة عن جامعة ستانفورد الأميركية ودار النشر العالمية إسفير.

دورة تدريبية في الكرك حول الأمن السيبراني

الكرك
نظم نادي إبداع الكرك، التابع لمديرية ثقافة الكرك الأربعاء، دورة تدريبية في الأمن السيبراني، بمشاركة عدد من الشباب والشابات المتطوعين في النادي وبإشراف المديرية العنود علي الضمون. وقالت إدارة النادي إن هذه الدورة تهدف إلى التعرف بمفهوم الأمن السيبراني، وتبسيط الموضوع على أبرز المخاطر السيبرانية، وكيفية التعامل معها، وتعزيز دور المستخدم في حماية البيانات والأجهزة من الهجمات. وأضافت أن الدورة تأتي في ظل تزايد الهجمات السيبرانية وتأثيرها المتزايد على الأفراد والمؤسسات، مشيرة إلى أن إدارة النادي تسعى إلى تعزيز المعرفة وبناء القدرات لمواجهة التحديات الرقمية.

حملة نظافة شاملة

في مركز حدود جابر

المفرق
نفذت محافظة المفرق، بالتنسيق مع مجالس الخدمات وعدد من بلديات المحافظة، حملة نظافة شاملة في مركز حدود جابر. وقال محافظ المفرق فراس أبو الغنم، إن الحملة، التي جاءت بتوجيهات من وزير الداخلية، شملت أعمال نظافة شاملة لكافة أرجاء المركز الحدودي، إضافة إلى طلاء للطرق الرئيسية وإزالة الأعشاب الجافة. وأضاف، إن الحملة التي تستمر ٣ أيام ويشارك فيها عمال وكوادر مجالس الخدمات المشتركة والبلديات وهيئة شباب "كلنا الأردن" تهدف إلى إضفاء نوع من الجمالية على المركز، لاسيما في أعقاب النشاط المحووظ للمسافرين والشاحنات عبر المركز باتجاه سوريا. وأشار إلى أن مركز حدود جابر يشكل بوابة للأردن للقادمين من سوريا ولبنان وغيرهما، ما يتطلب إظهار جماليته كونه يشكل نافذة حدودياً رئيساً للمملكة على حدودها الشمالية.

شركة كهرباء إربد
إعلان فصل التيار الكهربائي

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الإثنين الموافق ٢٠٢٥/٠١/٢٠ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن السعيدية، روضة الأميرة نسمة، طيبة السعيدية، عميرة، حي سوان، الصاهية وذلك من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الثالثة والنصف عصراً ومن جمانة، البنسان، النطافية، أبو الظهور، أم جويطة، حي معولات أولاد باير، مجاورين ثانوية بنات بلعنا من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الساعة الرابعة عصراً في محافظة المفرق. وعن الكنكة، البسيطة، زرقيد، مثلث غصن الزيتون من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً في محافظة جرش. اشتبنا طريق عين من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً في محافظة عجلون.

ستقوم شركة كهرباء محافظة إربد يوم الأربعاء الموافق ٢٠٢٥/٠١/٢٢ بإجراء أعمال صيانة على شبكتها والتي قد تضطر من خلالها إلى فصل التيار الكهربائي عن المفرات وذلك من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة الثالثة عصراً في محافظة المفرق. وعن طريق جرش ساكب، جرش طريق طيفع غرة، مجمع باصات جرش ومجاوريه، تبصيل مدخل جرش، المسرح الجبوي ومجاوريه، ظهر السرو، الحصة المركزية جرش من الساعة التاسعة والنصف صباحاً ولغاية الساعة العاشرة مساءً في محافظة جرش.

دارة الشبكات الذكية



وبين أن محافظة الطفيلة لها خصوصية تميزها عن باقي محافظات الوطن، فهي تقع في قلب الجنوب الأردني حيث يلتقي عبق التاريخ بجمال الطبيعة، وتحتضن مزيجاً فريداً من المواقع الطبيعية والتاريخية التي تحكي قصصاً لا تفسى.

وأشار إلى أن الطفيلة مؤثـل صحابة رسول الله عليه السلام، كانت من أوائل محافظات المملكة التي احتضنت الثورة العربية الكبرى، فقدم أبناؤها الغالي والنفيس إلى جانب

أرواحهم للذود عن هذا الحمى الأردني الهاشمي الطهور وادعوا إلى إقامة مشروعات صناعية لتشغيل أبناء المحافظة وتمكين أبناء الطفيلة من أصحاب الكفاءات والخبرات في المناسبات العليا.

وطالب شيوخ ووجهاء الحسا وجراف الدراويش بشمول مناطقهم بمكتسبات التنمية المستدامة، وإقامة مشروع زراعي في جرف الدراويش لتشغيل الشباب، وتمكين الجمعيات التعاونية والخيرية لحفر آبار لغايات إقامة مشاريع زراعية.

وعرض الحضور من أبناء المحافظة عددا من القضايا المتعلقة بمطالب محافظة الطفيلة، خاصة ما يتعلق بضرورة إيلاء القطاعات الزراعية والسياحية والبنى التحتية الأولوية ومعالجة قضايا الفقر والبطالة، إلى جانب دعم المبادرات والبرامج الموجهة للقطاع النسائي بإيجاد مشروعات مدرة للدخل، وأكد رؤساء بلديات وجمعيات خيرية وتعاونية وممثلون عن النقابات المهنية والأحزاب، اعترافهم بجهود الكبيرة التي يقودها جلالة الملك نافعاً عن الأردن وثوابته الوطنية وتصديه لمارسات دولة الاحتلال

التوسعية والعنوانية، ووقوفهم خلف قيادة جلالتهم. وأشاروا إلى ضرور زيادة الاستثمارات في المدينة الصناعية، واستثمار موارد المحافظة الطبيعية، مطالبين بإنشاء مدينة رياضية في الطفيلة، وتوسيع نطاق المنح الجامعية وإعادة النظر في قانون الإدارة المحلية.

وعرض الحضور عددا من مطالب محافظة الطفيلة، خاصة ما يتعلق بضرورة إيلاء القطاعات الزراعية والسياحية والبنى التحتية والفوقية الأولوية الكافية ومعالجة قضايا الفقر والبطالة.

كما تناول الحوار الاقليمي مواقف الأردن بقيادة جلالة الملك حيالها والتي تتلطف من المصلحة الوطنية وعدم المس بقوايت الأردن.

والسياسي، هو جلالة الملك عبدالله الثاني الذي يمثل صمام الأمان الأول للأردن، وعنوان عزتنا وكرامتنا، كما أن قوة تماسك نسيجنا الاجتماعي ووحدةنا الوطنية مكتنتا من مواصلة المحافظة على أمننا واستقرارنا، في ظل الظروف المحيطة بنا والتحديات التي تواجهنا، والضغوطات التي تمارس علينا. وأضاف لم يعد خافياً حجم التحديات والضغوطات التي تواجه الأردن، بسبب صراعات المنطقة وحالة الفوضى التي تمر بها، وما ترتبته على الوطن من أعباء أمنية واقتصادية واجتماعية.

وأكد رئيس مجلس الاعيان، أن قيادتنا الهاشمية على مسافة واحدة من الجميع، قيادة لم تعرف عبر تاريخها المشرف لغة العنف، ولم تمارس البطش والقتل، وحافظت على الوطن ونذرت نفسها لخدمته وعزته وشموخه، قيادة هاشمية لم تقرب بكرامة مواطن، أو على موقف عروبي.

وقال جلالة الملك يؤكد أن حرية المواطن وكرامته وحقوقه مصانة، ولا يمكن قبول التفرقة فيها مهما كانت الأسباب والبررات، مؤكداً أن جلالتهم هو الضامن لهذه الحقوق، والحامي لدستورنا الذي كفل هذه الحقوق.

وأضاف أن الأردن بقيادةته الهاشمية، صاحبة الشرعية الدينية والتاريخية، نذر نفسه لخدمة أمته ونصرة قضايها العادلة، وفي مقدمتها القضية الفلسطينية، فالأردن عبر تاريخه لم تشهر قيادته الهاشمية، السيف بوجه أخ عربي، بل أن دماء ابنائه الطاهرة الزكية، روت كل بقاع وطننا العربي من محيطه إلى خليجه، نافعاً عن عربتنا وقدسنا وأصنانا، وعن قيم الحرية والعدالة والكرامة والعزة.

وأكد أن الأردن الذي ساند كفاح الشعب الفلسطيني منذ عهد الإمارة يواصل دفاعه القضية الفلسطينية، "مواقف الأردن بقيادة جلالتهم ثابتة وواضحة وراسخة، لا تقبل التشكيك أو المزادة عليها". وقال الفايز "ندرك جميعاً أن هناك ملفات مطروحة على الساحة الوطنية، وتدور حولها نقاشات تحمل وجهات نظر مختلفة، لكن علينا الاحتكام للحكمة والمنطق عند مناقشتها والحوار حولها، وأن نعزز الحوار المسؤول والهادف، بعيداً عن التعصب والعنف واللامبالاة، وأن نأخذ بالاعتبار عند نقاش هذه الملفات مصالح الأردن وواقعه الاقتصادي والاجتماعي والسياسي والتحديات التي تواجهه، بعيداً عن أي حسابات جانبية أو مصلحة".

وأشار رئيس مجلس الاعيان، إلى أن الأردن وبسبب موقعه الجيوستراتيجي والأوضاع الراهنة في المنطقة، يواجه تحديات سياسية وأمنية، أبرزها سياسات دولة الاحتلال الإسرائيلي التوسعية والعدوانية، وسعيها المحموم لإيجاد حلول للقضية الفلسطينية على حساب الأردن، إضافة إلى حربها البشعة والإجرامية على الشعب الفلسطيني، في ظل سيطرة اليمين الديني المتطرف على القرار في دولة الاحتلال.

وأشار الفايز إلى ما ينشر من تصريحات وآراء في وسائل إعلام غربية، حول إعادة طرح صفقة قرن جديدة، بهدف حل القضية الفلسطينية على حساب الأردن، مشيراً إلى أن هذا الامر بالغ الأهمية لما يحمله من تخوفات مشروعة على الوطن. وأكد الفايز خلال اللقاء، أن الأردن لن يفرط بحقوقه وثوابته الوطنية، وفي حق عودة اللاجئين الفلسطينيين إلى وطنهم، ويسبتم بدعم ومساندة حقوق الشعب الفلسطيني، والتصدي لسياسات إسرائيل العدوانية، ومحاولاتها تهجير الفلسطينيين قسراً، مبيناً أن هذه هي ثوابت الأردن التي لن يقلل التنازل عنها، مهما كانت الضغوطات واربتعت الأثمان. وأضاف "أن الأردن قادر على مواجهة هذه التحديات، بفضل حكمة جلالة الملك عبدالله الثاني وحكمتها السياسية، ووعي الشعب الأردني ومنعة أجيالنا الأمنية وقواتنا المسلحة، ولهذا استطاع الأردن مع دخول مؤنيته الثانية، تحقيق إنجازات كبيرة عبر مسيرته الخالدة في المجالات كافة، جاهد من يتكرها".

وبيّن أن أكبر الانجازات التي حققها جلالة الملك، هي الحفاظ على ديمومة الدولة الأردنية قوية وراسخة، رغم الصراعات والتحديات التي تعيشها المنطقة. وعرض الفايز مراحل نشأت الدولة الأردنية والتحديات التي واجهتها منذ التأسيس، ودور قيادتنا الهاشمية والزعامات العشائرية والقبلية في بناء الأردن ومؤسساته القوية.

وقال إن سر قوة ومنعة الأردن واستقراره الأمني

مدير عام "الوطني للبحوث" يتفقد محطة الحسين الزراعية



وأشار أبو حمور إلى المشاريع المنفذة في المحطة ومنها، زيادة معدل نمو "الأزولا" وإنتاجيتها ومحتوى البروتين بواسطة مضاعفة الكروموسوم الناتج عن المعاملة بالبكتوسيسين، وتجربة ٣ محاصيل تصديرية (البوليوري، البندورة الكرزية الملونة والريحان)، وتقييم اختبار كثافات مختلفة من الاسماك وأثره على النبات في نظام الزراعة الاحيوائية "الأكوابونيك"، وتأثير الخلطات السمادية والعضوية على إنتاج صنفين من الحس، ونبات الكليل، ونبات الزهرة والبروكلي، إضافة إلى المشاريع الريادية والابتكارية.

وأشار أبو حمور إلى المشاريع المنفذة في المحطة ومنها، زيادة معدل نمو "الأزولا" وإنتاجيتها ومحتوى البروتين بواسطة مضاعفة الكروموسوم الناتج عن المعاملة بالبكتوسيسين، وتجربة ٣ محاصيل تصديرية (البوليوري، البندورة الكرزية الملونة والريحان)، وتقييم اختبار كثافات مختلفة من الاسماك وأثره على النبات في نظام الزراعة الاحيوائية "الأكوابونيك"، وتأثير الخلطات السمادية والعضوية على إنتاج صنفين من الحس، ونبات الكليل، ونبات الزهرة والبروكلي، إضافة إلى المشاريع الريادية والابتكارية.

البيعة
أكد مدير عام المركز الوطني للبحوث الزراعية الدكتور خالد أبو حمور أهمية محطة الحسين الزراعية في تعزيز البحوث العلمية الزراعية وخاصة المتعلقة بنقل التكنولوجيا الحديثة من خلال المشاريع البحثية المنفذة فيها. جاء ذلك خلال تفقده الأربعاء، وزيارته للمحطة التي تعنى بإجراء البحوث الزراعية على أغلب المحاصيل الحقلية والبقوليات والخضروات ونقل التقنيات الحديثة والتكنولوجيا خدمة للقطاع الزراعي، حيث اطلع على المشاريع المنفذة فيها.

"اليرموك" تشارك في المنتدى العربي الأول لـ"الألكسو" في تونس

إربد
شاركت جامعة اليرموك في المنتدى العربي الأول لشبكات المدارس المنتسبة للمنظمة العربية للثقافة والتربية والعلوم (الألكسو)، بعنوان: "دور القيادات الشبابية والمجتمع المدني في التصدي لمخاطر التغيرات المناخية في المنطقة العربية"، في مقر المنظمة بتونس.

وبحسب بيان للجامعة الأربعاء، أكد شاغل كرسي الألكسو للدراسات والبحوث التربوية في الجامعة الدكتور عدنان الإبراهيم، في المنتدى دور مؤسسات المجتمع المدني الدولية في تعزيز المرونة البيئية، مشيراً إلى تطوير استراتيجيات التكيف مع التغيرات المناخية في مناطق تعاني من ندرة الموارد المائية. وعرض لتجارب مبتكرة لمبادرات شبابية تعنى بمواجهة تحديات التغير المناخي، مشيراً إلى أهمية دمج هذه المبادرات في منظومات العمل البيئي والتنمية المستدامة، مشيداً بدور الأردن في تعزيز الوعي البيئي وتفعيل المبادرات المجتمعية.

من جهته، أوضح أمين المجلس التنفيذي والمؤتمر العام لمنظمة الألكسو، الدكتور مراد محمدي، أن الشبكات المنتسبة للمنظمة تضم حتى الآن ٣٦٤ مدرسة وناشطاً وكرسياً أكاديمياً، منها ٨ مدارس و٤ كراسٍ أكاديمية في الأردن، ما يعكس الحضور الفعال للأردن ضمن هذه الشبكات.

إعلان التكم في صحيفة

الأمم

٠٦٥١٥٤٠٠١

لقب الدوري العسكري لكرة القدم حائر بين الحرس الملكي و"الشمالية"

انحصر لقب دوري القوات المسلحة الأردنية - الجيش العربي لكرة القدم بين فرقي الحرس الملكي الخاص والمنطقة العسكرية الشمالية، بانتظار المباراة الفاصلة التي ستقام يوم الثلاثاء المقبل على ملعب "البلول" بمدينة الحسين للشباب لحسم هوية البطل.

وكان الدوري العسكري انطلق قبل أيام بمشاركة ٥ فرق هي: الحرس الملكي الخاص، المنطقة العسكرية الشمالية، المنطقة العسكرية الوسطى، سلاح المدفعية، وسلاح الجو، حيث أقيمت منافسات البطولة بشكل كامل على ملعب "البلول".

ويتصدر فريق الحرس الملكي ترتيب فرق الدوري برصيد ٩ نقاط، يليه فريق المنطقة العسكرية الشمالية برصيد ٧ نقاط. ويحتاج "الحرس" للفوز أو التعادل في المباراة المقبلة لحسم اللقب، فيما يحتاج فريق "الشمالية" للفوز فقط للظفر بلقب الدوري.

يشار إلى أن الدوري العسكري ساهم في خدمة كرة القدم الأردنية، حيث تضم فرق القوات المسلحة نخبة من لاعبي المنتخبات الوطنية والأندية.

حقيقة انتقال صلاح إلى الهلال السعودي.. مصدر يكشف التفاصيل



كشف مصدر مقرب من إدارة نادي الهلال السعودي، حقيقة الصورة التي نشرها رئيس هيئة الترفيه في المملكة العربية السعودية تركي آل الشيخ، لنجم منتخب مصر ونادي ليفربول الإنجليزي محمد صلاح، والتي ظهر فيها مرتدياً القميص الأزرق لنادي الهلال السعودي.

وقال المصدر، في تصريحات خاصة لموقع "سكاي نيوز عربية"، إن النادي بدأ خطوات فعلية في مفاوضات لضم محمد صلاح خلال فترة قريبة، وذلك ليكون النجم العالمي ضمن صفوف الهلال خلال بطولة كأس العالم للأندية.

ومن المقرر أن تقام بطولة كأس العالم للأندية لعام ٢٠٢٥ في الولايات المتحدة، في المدة بين ١٥ يونيو و١٣ يوليو ٢٠٢٥، وذلك بمشاركة ٣٢ نادياً، من الاتحادات الدولية الـ٦ في العالم، وهي الاتحاد الإفريقي لكرة القدم، والاتحاد الآسيوي والكوتاكاف، واتحاد أمريكا الجنوبية، وأوقيانوسيا، والاتحاد الأوروبي.

وأوضح المصدر، الذي طلب عدم نشر اسمه، أن نادي الهلال السعودي يسعى إلى ضم محمد صلاح على سبيل الإغارة لمدة ٦ أشهر، بحيث يكون أحد الأعداء الرئيسة التي يخوض بها منافسات كأس العالم للأندية بعد ٦ أشهر من الآن، بما يمكن النادي من تحقيق نصرًا كبيراً خلال هذه البطولة.

يشار إلى أن نادي الهلال السعودي سيلعب ضمن المجموعة الثامنة في مونديال الأندية، والتي تضم أندية عملاقة، مثل ريال مدريد الإسباني وسالزبورغ النمساوي وبارتسوكا المكسيكي، لذلك يسعى النادي إلى دعم قوته بعدد من النجوم الكبار، الذين يحاول بالفعل التعاقد مع بعضهم خلال موسم الانتقالات الصيفية المقبل.

ولفت إلى أن وجود النجم العالمي محمد صلاح ضمن صفوف النادي السعودي يكفل قوة لا يستهان بها، لا سيما أن النادي يحظى بعدد من النجوم العالميين مثل نيمار، كما هناك جهود أخرى لضم اللاعب الأوروغوياني داروين نونيز لاعب فريق ليفربول الإنجليزي قد تتكلل بالنجاح.

ونفى المصدر ما تناقلته بعض الصحف الإنجليزية والإسبانية بشأن عرض النادي مليون جنيه إسترليني أسبوعياً على صلاح مقابل اللعب لنادي الهلال، مؤكداً أن ما يتم تداوله حالياً مجرد تخمينات، لأنه لا يوجد اتفاق فعلي، أو إعلان من جانب مسؤولي النادي عن قيمة العروض التي تقدم للنجوم المستهدفين.

إلا أن المصدر المطلع داخل نادي الهلال أكد أن نشر تركي آل الشيخ للصورة التي يرتدي فيها محمد صلاح قميص النادي، يعد خطوة مبشرة، وتشير إلى أن هناك تقدماً في المفاوضات، وربما تم التوصل إلى اتفاق بالفعل. يشار إلى أن راتب اللاعب المصري محمد صلاح أسبوعياً مع فريق ليفربول يصل إلى نحو ٣٥٠ ألف جنيه إسترليني (٢٨ ألف دولار أميركي)، بينما يسعى اللاعب إلى الحصول على راتب أعلى في حالة تجديد عقده مع النادي الإنجليزي.

افتتاح فعاليات دورة ميلاد القائد الرياضية في العقبة

انطلقت، فعاليات دورة ميلاد القائد الرياضية الحادية والعشرين، في مدينة العقبة، برعاية وزير التربية والتعليم الدكتور عزمي محافظة.

وتقام هذه الدورة السنوية بتنظيم من وزارة التربية والتعليم، وباستضافة من نادي معلمي محافظة معان، احتفاءً بعيد ميلاد جلالة الملك عبد الله الثاني. وتستمر الفعاليات حتى يوم السبت المقبل، وتشمل مجموعة متنوعة من الأنشطة الرياضية، منها: الكرة الشاطئية، الشطرنج، البلياردو، كرة الطاولة، السباحة، ألعاب القوى، سباقات الجري، الريشة الطائرة، ونهايي خماسي كرة القدم، بمشاركة نحو ٦٠٠ معلم يمثلون ١٢ نادياً للمعلمين من مختلف أنحاء المملكة.

وأكد مدير إدارة النشاطات التربوية، الدكتور أجمل طويقات، أن هذه الدورة تنظم سنوياً لتعزيز روح الولاء والانتماء للوطن وقائد الوطن، مشيراً إلى أنها تسهم في تقوية أواصر الأخوة والزمانه بين المعلمين، فضلاً عن كونها فرصة لإبراز مواهبهم وطاقاتهم الإبداعية في مختلف المجالات الرياضية والثقافية والسباحية.

من جهته، أكد مدير الرياضة المدرسية الدكتور مصلح البطوش، أهمية إقامة هذه الدورة، التي تأتي احتفاءً بمناسبة عزيزة على قلوب الأردنيين، وهي عيد ميلاد قائد الوطن، مشدداً على ضرورة تضافر جهود جميع الأندية لإنتاج الدورة بما يليق بهذه المناسبة.

وبين رئيس قسم أندية المعلمين إبراهيم عساف، أن دورة ميلاد القائد الرياضية تعد ملتقى مميّزًا للمعلمين من جميع أنحاء المملكة، حيث تسود المحبة والمودة والتعارف بينهم، وتعد محطة لإبراز مواهبهم وإطلاق إبداعاتهم الرياضية والفنية والثقافية، وإيجاد روح التنافس الشريف بعيداً عن حسابات الفوز والخسارة.

منتخب كرة القدم يبدأ تدريباته في قطر بغياب اللاعب أبو رزق



لحساب المجموعة الثانية، حيث يحل بالمركز الثالث برصيد ٩ نقاط، خلف المتصدر كوريا الجنوبية ١٤، والعراق ثانياً ١١، ثم عُمان ٦، الكويت ٤، وفلسطين سادساً ٣ نقاط.

وحسب نظام التصفيات، جرى تقسيم المنتخبات إلى ٣ مجموعات، تضم كل مجموعة ٦ منتخبات، ويتأهل أول فريقين في كل مجموعة مباشرة إلى كأس العالم ٢٠٢٦، فيما تخوض الفرق أصحاب المركز الثالث والرابع من كل مجموعة الدور الرابع من التصفيات.

بدأ المنتخب الوطني لكرة القدم تدريباته الفنية والبدنية في الدوحة، في معسكر تدريبي يمتد حتى ٢٩ الحالي في قطر، تأهباً لمواصلة مشواره بمنافسات الدور الثالث والحاسم من تصفيات كأس العالم ٢٠٢٦. وكان وفد المنتخب وصل ظهر الأربعاء، إلى مقر إقامته بالعاصمة القطرية الدوحة، قبل أن يجري تدريباً مسائياً بقيادة المدرب المغربي جمال سلامي على ملعب جامعة قطر.

يذكر أن المنتخب يشارك بتصفيات الدور الحاسم "بوغيا" عن مرافقة التشامى إلى قطر، بعد أن سمح له الجهاز الفني للمنتخب الوطني البقاء في عمان، لإتمام إجراءات التعاقد مع أحد الأندية العراقية، وخوض مرحلة احترافية جديدة. ويتخلل معسكر التشامى في قطر ٣ مواجهات ودية، حيث يلتقي فريق زينيت سان بطرسبرغ الروسي يوم الثلاثاء ٢١، على أن يتجدد اللقاء الجمعة ٢٤، ويختتم المعسكر بمواجهة منتخب أوزبكستان الاثنين ٢٧ منه.

اللجنة الأولمبية تبحث تطوير رياضة ريشة الطائرة



بحث الأمين العامة للجنة الأولمبية الأردنية، رنا السعيد، مع وفد من الاتحاد الدولي لرياضة ريشة الطائرة والذي يضم جون شيرر وجعفر إبراهيم، سبل تعزيز التعاون بين الاتحاد الدولي واللجنة، خاصة في مجال تطوير رياضة ريشة الطائرة في الأردن.

وأكد اللقاء، أهمية زيادة قاعدة اللاعبين والممارسين للرياضة في المملكة، والعمل على نشر الرياضة بين مختلف الفئات العمرية، وناقش اللقاء، التعاون المشترك لتنظيم دورات تدريبية على رياضة ريشة الطائرة في مخيمات اللاجئين في الأردن، في إطار الرؤية المشتركة من أجل دعم المبادرات الإنسانية والتمكين من خلال الرياضة.

صحيفة كتالونية: ميسي قد يعود إلى برشلونة



آخر، وهو أمر قد يدفع الأرجنتيني إلى الاعتزال مع انتهاء الموسم الأمريكي، لكنه سيكون أيضاً طريقة مثالية للوصول إلى نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦، التي ستقام في كندا والولايات المتحدة والمكسيك، مع العلم أن الأرجنتيني سيكون الاسم الكبير على الملصق. وهذا التجديد يعني أيضاً فتح الطريق لعودة محتملة إلى برشلونة. كيف ذلك؟.. "إل ناسيونال" فسرت ذلك قائلة: "يجب الأخذ في الاعتبار أنه إذا انتهى ميسي بقبول التجديد مع إنتر ميامي، وتوقيع عقده الثاني مع فريق فلوريدا، فإن ذلك سيوفر له ميزة إضافية، وبهذه الطريقة، سيتم تفعيل البند الموجود في أندية الدوري الأمريكي لكرة القدم تلقائياً بحيث يمكن إغارة أي لاعب كرة قدم يلعب موسمين في

صحيفة "إل ناسيونال" مفاجأة مدوية بحديثها عن إمكانية عودة النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي إلى برشلونة الإسباني. وذكرت الصحيفة الكتالونية أن "التجديد مع (فريقه الحالي) إنتر ميامي هو المفتاح الذي يجعل ميسي أقرب إلى برشلونة". وأوضح ذلك بالقول: "من الواضح أن النجم الأرجنتيني، وهو في ٣٧ من عمره لا يزال لديه ما يقدمه في عالم كرة القدم. ومع وجود عقد مع النادي الأمريكي حتى نهاية العام الحالي، عليه الآن إعادة النظر في مستقبله". وأضافت: "بالنسبة للفريق الأمريكي، فإن التجديد سيتم عاجلاً وليس آجلاً. يريد إنتر ميامي تجديد عقد ميسي حتى ديسمبر ٢٠٢٦، أي بعقد لموسم

آخر، وهو أمر قد يدفع الأرجنتيني إلى الاعتزال مع انتهاء الموسم الأمريكي، لكنه سيكون أيضاً طريقة مثالية للوصول إلى نهائيات كأس العالم ٢٠٢٦، التي ستقام في كندا والولايات المتحدة والمكسيك، مع العلم أن الأرجنتيني سيكون الاسم الكبير على الملصق. وهذا التجديد يعني أيضاً فتح الطريق لعودة محتملة إلى برشلونة. كيف ذلك؟.. "إل ناسيونال" فسرت ذلك قائلة: "يجب الأخذ في الاعتبار أنه إذا انتهى ميسي بقبول التجديد مع إنتر ميامي، وتوقيع عقده الثاني مع فريق فلوريدا، فإن ذلك سيوفر له ميزة إضافية، وبهذه الطريقة، سيتم تفعيل البند الموجود في أندية الدوري الأمريكي لكرة القدم تلقائياً بحيث يمكن إغارة أي لاعب كرة قدم يلعب موسمين في

ب"جملة واحدة" ..

غوارديولا يعلق على ضم عمر مرموش

رد الإسباني بيب غوارديولا المدير الفني لمانشستر سيتي على أبناء تعاقد فريقه مع النجم المصري عمر مرموش لاعب أيتراخت فرانكفورت الألماني خلال فترة الانتقالات الشتوية.

وردا على سؤال عن رضاه من الميركاتو الشتوي وهل ينتظر ضم نجم مصري، قال غوارديولا: "لا أعرف".

وعن سقوط فريقه في فخ التعادل أمام برينتفورد في الجولة ٢١ من الدوري الإنجليزي: "لم نقتل المباراة بشكل جيد، ويبدو أن الجاهزية ليست على أفضل حال بالنسبة لنا".

وأكمل: "حصلنا على نقطة ولابد أن نفكر في المستقبل".

وبقي مانشستر سيتي في المركز السادس برصيد ٣٥ نقطة، فيما يتواجد برينتفورد في المركز العاشر برصيد ٢٨ نقطة.

هارون رئيساً لاتحاد المبارزة

وزعت اللجنة المؤقتة لاتحاد الأردني للمبارزة، المناصب الإدارية بين أعضاء اللجنة.

وتولى رئاسة الاتحاد رعد هارون، في حين تم تسمية سعودة مطر نائباً للرئيس، وكمال قناش أميناً للسفر، وفراس معشر أميناً للصندوق، وفراس حداد عضواً. وأكد هارون، أن عمل الاتحاد حالياً ينصب على تسيير الأمور الإدارية والفنية من خلال اللجان المنتخبة عن الاتحاد، لافتاً إلى أن وجود الكوادر الإدارية والفنية التي يتمتع بها الاتحاد يعزز من التطلع لإنجاز الأعمال المطلوبة منا في الفترة الحالية، وإيجاد اتحاد يلي طموحات وتطلعات الجميع في المرحلة المقبلة.

محمد صلاح بقميص الهلال السعودي.. منشور يشعل الإنترنت

نشر رئيس هيئة الترفيه السعودية تركي آل الشيخ عبر صفحته الشخصية على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" صورة لمحمد صلاح بقميص الهلال السعودي، في إشارة إلى انضمام اللاعب للدوري السعودي.

وتم نشر صورة محمد صلاح دون أن يصاحبها أي تعليق، مما زاد الغموض والتكهنات.

وفي وقت سابق، كشفت صحيفة "ريليفو" الإسبانية، في تقرير لها، أن محمد صلاح وافق على الانتقال إلى صفوف الهلال السعودي لكرة القدم في الموسم المقبل.

وينتهي عقد محمد صلاح (٣٢ عاماً) مع الفريق الإنجليزي بنهاية الموسم الجاري، وسط أنباء عن مفاوضات إدارة ليفربول لإقناع النجم المصري بالتجديد.

وذكرت صحيفة "ريليفو" أن صلاح أبدى موافقته على اللعب مع نادي الهلال في الموسم المقبل وتمثيل الفريق في كأس العالم للأندية ٢٠٢٥ بالولايات المتحدة.

من جهته تحدث رئيس تحرير صحيفة "ماركا" الإسبانية، خوسيه فيليكس دياز، في تصريحات عبر برنامج "دورينا غير" مساء الثلاثاء، عن إمكانية انضمام ثنائي ليفربول الأوروغوياني داروين نونيز ومحمد صلاح إلى صفوف الهلال، قائلاً: "النصر والهلال يتناقضان على ضم نونيز، ومن وجهة نظري أن النادي الإنجليزي سيخسر أيضاً خدمات صلاح والهولندي فيرجيل فان دايك".

وأضاف خوسيه فيليكس دياز: "يمكن أن نرى محمد صلاح الصيف المقبل في الدوري السعودي، فهو الاتجاه الأقرب له حال الرحيل عن ليفربول، فهو لا يفكر بالدوريات الأوروبية، واحتمالية مشاركته في مونديال الأندية مع الهلال واردة".

وكان نادي الاتحاد السعودي يرغب في ضم محمد صلاح خلال صيف ٢٠٢٣، ولكن إدارة ليفربول والمدرب السابق للفريق الألماني يورغن كلوب رفضا رحيل اللاعب.

وأثار كلوب أزمة انتهاء عقد محمد صلاح مع ليفربول في نهاية الموسم الحالي وعدم التوصل لاتفاق، وقال في تصريحات لشبكة سكاى سبورتس: "أتمنى بقاء محمد صلاح مع ليفربول، إنه أعظم مهاجم لنادي ليفربول في العصر الحديث". وأضاف: "محمد صلاح شخص وإنسان ورائع جداً، فهو أفضل سفير ممكن لمصر، ورياضي مدهل".

التعادل الإيجابي يهيمن على 3 مواجهات في الدوري الإنجليزي

شهدت مباريات الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم، ثلاث تعادلات لكل من تشلسي ومانشستر سيتي وليفربول مع كل من بورنموث وبرنتفورد ووتنغهام فورست على التوالي.

وأنقذ ريس جيس قائم تشلسي فريقه من الخسارة أمام بورنموث بتسديدة من ركلة حرة في الدقيقة الخامسة من الوقت بدل الضائع، لينتهي اللقاء بين الفريقين بنتيجة ٢-٢.

وتغلب البديل جيس، الذي شارك في الشوط الثاني وعاد من إصابة طويلة في نهاية الأسبوع، على مارك ترافيرز بتسديدة متقنة غيرت اتجاهها لتسكن في الزاوية البعيدة للمرمى.

وسجل كول بالمر لتشلسي في الشوط الأول قبل أن يعادل بورنموث من ركلة جزاء عن طريق جاستن كلوفيرت في وقت مبكر من الشوط الثاني.

وبعد ذلك فاجأ أنطوان سيمينيو الجماهير في ستامفورد بريدج عندما أطلق تسديدة صاروخية باتجاه القائم القريب تجاوزت روبرت سانشيز لتصلح النتيجة ٢-١ لصالح بورنموث.

وسجل بالمر هدفه الرابع عشر في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم بعد أن تلقى تمريرة متقنة من نيكولاس جاكسون الذي تخلص من ثلاثة من لاعبي وسط بورنموث عند خط منتصف الملعب. وأرسل نجم تشلسي حارس المرمى ترافيرز إلى الأرض بحركة خادعة وسدد الكرة في الشباك.وظل تشلسي، الذي فشل في الفوز بمبارياته الخمس الأخيرة في الدوري الإنجليزي الممتاز، في المركز الرابع في جدول الترتيب برصيد ٣٧ نقطة بفارق ١٠ نقاط عن ليفربول المتصدر، بينما جمع بورنموث ٣٤ نقطة. وأهدر مانشستر سيتي تقدمه بهدفين بعد أن سجل يواي ويسا وكريستيان نورغارد هدفين في وقت متأخر من المباراة ليمحنا برنتفورد تعادلاً مثمراً ٢-٢ أمام ضيفه في الدوري الإنجليزي. وبعد تعرضه لست هزائم في الدوري في نوفمبر وديسمبر، استعاد سيتي عافيته بالتعادل مع إيفرتون والفوز على ليستر سيتي وست هام يونايتد لكن إنييهره في وقت متأخر من مباراة الثلاثاء أوقف صحوته التي لم تدم طويلاً وتوقفت فجأة.وبالنقطة التي حصل عليها من المباراة أصبح سيتي في المركز السادس في جدول الترتيب برصيد ٣٥ نقطة بينما يحتل برنتفورد المركز العاشر برصيد ٢٨ نقطة بعد تحقيقه عودة غير متوقعة.

وبعد أن عانى من صعوبات في صناعة الفرص في الشوط الأول، اقترب سافينو جناح مانشستر سيتي من افتتاح التسجيل في الدقيقة ٥٠ إذ تقدم من الجهة اليسرى قبل أن يسدد كرة اصطدمت بالقائم.وجاء التقدم أخيراً لصالح سيتي في الدقيقة ٦٦ عندما أرسل كيفن دي بروين تمريرة رائعة من الناحية اليمنى قابلها فودن بتسديدة باتجاه القائم البعيد.وكان من المفترض أن تحسم المباراة عندما سجل فودن الهدف الثاني بعد ١٢ دقيقة أخرى.

لكن بعد أربع دقائق، نجح يواي ويسا في تقليص الفارق في الدقيقة ٨٢ بتسديدة من مسافة قريبة ومع قيام مدافعي سيتي بعدة تدخلات في الدقائق الأخيرة لحماية تقدم فريقهم كان ينبغي عليهم إدراك التهديد الذي يشكله برينتفورد.وأكمل الدنماركي الدولي نورغارد عودة برنتفورد في الدقيقة الثانية من الوقت بدل الضائع، حيث لعب برأسه بقوة ليضع الكرة في شباك ستيفان أورتيغا، على الرغم من أن حارس مرمى سيتي وضع يده لإبعاد الكرة.

وتعادل ليفربول مع ضيفه نوتنغهام فورست بنتيجة ١ - ١ في قمة منافسات الجولة ٢١ بالدوري الإنجليزي.

وتقدم نوتنغهام فورست بهدف مبكر سجله بعد مرور ثماني دقائق، ليحتفل بهدفه رقم ١٣ في الدوري الإنجليزي هذا الموسم.

وحقق ليفربول التعادل بهدف لمهاجمة البرتغالي ديوجو غوتا في الدقيقة ٦٦ ليحصل كل فريق على نقطة.

لكن ليفربول واصل تزييف النقاط بتعادل ثان على التوالي، وفشل أيضاً من رد اعتباره أمام نوتنغهام فورست الذي ألق به الخسارة الوحيدة في مباراة الفريقين بالدور الأول.

كما أوقف هذا التعادل سلسلة من ٦ انتصارات متتالية لفريق نوتنغهام ليبقي في المركز الثاني برصيد ٤١ نقطة بفارق ست نقاط عن ليفربول صاحب الصدارة.

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية : ٥١٥٤٠٠١ فاكس : ٥١٦٦٠٦٥

العنوان : عمان / شارع الملكة رانيا (الصحافه سابقا) : ٢٠٢١/٦٥٣٨/د

هاتف : ٥١٥٤٠٠١ فاكس : ٥١٦٦٠٦٥

العنوان : عمان / شارع الملكة رانيا (الصحافه سابقا) : ٢٠٢١/٦٥٣٨/د

رئيس التحرير : عبداللطيف القرشي

العنوان : عمان / شارع الملكة رانيا (الصحافه سابقا) : ٢٠٢١/٦٥٣٨/د